

杉村 歯科 通信

◆第88号◆

発行者：杉村歯科 宇城市不知火町高良2259 TEL 0964-32-5010 H24年9月号

～むし歯になる本当の理由をみなさんはご存知ですか？～

みなさんはどうしてむし歯になるか考えたことはありますか。むし歯のリスクは歯質の強さや唾液の抵抗力、むし歯の原因となる細菌の数、食事に含まれる糖や誤った食習慣などいくつかの要素が深く関わってきます。むし歯を予防するためにはこれらの要素を知り、それぞれをコントロールしていくことが重要です。むし歯のかかりやすさは個人個人で異なります。「毎日歯みがきもしている、甘いものも食べないのになぜむし歯になるの?」と疑問に思われる方もいるのではないのでしょうか。そこで今回は**唾液検査**から始めるむし歯予防についてお話をしていきます。

唾液検査とは、いったいどんな検査で、何がわかるのでしょうか。この検査は、WHO(世界保健機構)の調査でも使われている最新の科学的検査方法です。唾液検査では、お口の中の細菌の数、唾液の抵抗力などむし歯のリスクを調べることができます。むし歯にならないためには、まずあなた自身のお口の中の状態、あなたに合った予防法を知ることが大切です。

《**唾液の働き**》 唾液には様々な働きがあります。むし歯や歯周病からお口の中の健康を守っています。唾液はお口の健康状態を知るのに最も適しているのです。

1. **消化作用** 唾液アミラーゼの働きによってデンプンを分解。
2. **潤滑作用** 食物を湿らせ食塊を滑らかにし、咀嚼(食物をかみくだくこと)や嚥下(食物を飲み込むこと)を容易にする。また、口腔粘膜を湿らせ口腔の運動をスムーズにする。
3. **溶媒作用** 食物を溶解して味覚を促進し、食欲亢進や唾液の分泌を促す。
4. **自浄作用** 歯や口腔粘膜に付着した食物残渣を除去する。
5. **抗菌作用** さまざまな抗菌物質により、細菌の発育を抑制する。
6. **緩衝作用** 酸性に偏ったむし歯になりやすい口腔内をむし歯になりにくい中性に戻す。
7. **排泄作用** 不要な物質を外に排出(血中濃度を低める)する。

《**唾液検査の方法**》 ※検査は簡単・短時間、もちろん痛くありません!

はじめに・・・イスにリラックスして腰かけた状態で、味のついていないガムを噛みながら静かに唾液を出します。(5分間)

検査1・・・あなたの唾液の量はどれくらい?

- 唾液が多く出るほど、①口の中の食べ物を早く洗い流します。
②歯の質を強くします。
③抗菌作用が働きます。

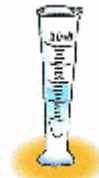
検査2・・・あなたの唾液の中和力はどれくらい?

食後の歯が溶けやすい環境から、どれくらい早く通常の状態に戻るのかがわかります。

検査3・・・あなたのむし歯菌の数はどれくらい?

唾液からむし歯菌を検出し、どんな菌が多いのか調べます。

※唾液検査を一度試されたい方、むし歯の原因が知りたい方などはお気軽にご相談下さい。



ミュータンス菌

虫歯のきっかけを作る菌

ラクトバチラス菌

虫歯を進行させる菌



少ない



多い



少ない



多い

何処?そこ!行ってみたい(隊)

今回は、菊池市にある『焼肉一休』さんに行ってきました。



このお店は黒毛和牛を使った焼肉の専門店です。地元熊本県内の牧場から直送された牛と自家栽培のお米が味わえます。肉屋直営なのでお肉のボリュームにはビックリです!この日は、ハンバーグ定食(A) ¥840をいただきましたが、肉厚のハンバーグと玉ねぎのソースが相性抜群です。

サラダもたくさん入っておりお腹いっぱいになること間違いなしです!他にも焼肉定食やから揚げ定食、馬肉のサイコロステーキなどもあり、ここでしか味わえないメニューがたくさんあります。菊池市ですので少し遠いですが、お近くまで行かれたときは、一度立ち寄ってみてはいかがでしょうか?



住所 菊池市旭志伊坂 553-2

TEL 0968-37-2905

営業時間 11:30~15:00
(ラストオーダー14:30)

17:00~22:00

(ラストオーダー21:30)

定休日 火曜日