

杉村歯科 通信

◆第123号◆



発行者：杉村歯科 宇城市不知火町高良259 TEL0964-32-5010 H27年8月号

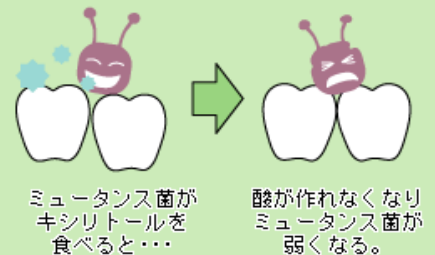
キシリトール と リカルデント



キシリトール

キシリトールは「甘い」味がするのに、むし歯にならない甘味料です。
むし歯は、むし歯菌が糖分から作り出す酸が原因。一般に甘いものを食べるとむし歯になりやすいとされるのはこのためです。
しかし、キシリトールは甘さはあるのにむし歯菌が酸を作り出せないため小さな子どもでも安心して食べられます。しかも甘さでだ液がたくさん出るため、歯を再生させる能力（再石灰化）が高まり歯を丈夫にしてくれます。

キシリトールが虫歯を防ぐしくみ



リカルデント

リカルデントには味や匂いはほとんどありません。しかし、歯のエナメル質にミネラルを取り戻す再石灰化効果があり、むし歯に強い丈夫な歯をつくることができます。この再石灰化効果はキシリトールより高いといわれています。また、味が無いため、リカルデント入りのガムやタブレットにはキシリトールが含まれている場合がほとんどです。



キシリトールやリカルデントはすぐに効果があらわれるものではありません。1日数回、毎日の習慣にしましょう。しかし、キシリトールやリカルデントだけでむし歯が予防できるわけではありません。毎日の歯みがきもとても大切。フッ素入りの歯みがき剤と併用すると、効果抜群です！

※一度に多量に食べると、体質によりお腹がゆるくなる場合があります。

当医院には歯科専用のキシリトールガムを販売しております！
一般に販売されているものよりキシリトールなどの含有量が多くなっています。
アップルミント味とマスカット味があります。



何処？そこ！行ってみたい隊

今回は八代市の臨港線沿いにある『ふく福』に行ってきました★
店内は座席とテーブル席があり、落ち着いた雰囲気です。うどん、そば、寿司、丼物、天ぷらなどメニューが多彩な和食屋さんで、いろいろな組み合わせが選べるセットメニューから懐石料理、キッズメニューまで迷うほどたくさんあります！
わたしはこの日、お寿司と天ぷらのセットをいただいたのですが、一つひとつボリュームがあり茶碗蒸しやデザートも付いていて大満足でした♥
八代に行かれた際は、是非お食事されてみてはいかがでしょうか？

住所：熊本県八代市横手新町 16-1
電話：0965-65-5200
営業時間：11:00~22:00
定休日：元旦

