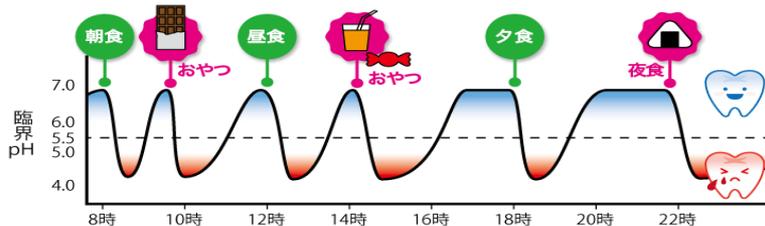


Maki-dental news

2019年2月号 No. 193

こんにちは！歯科医師の上田です。
みなさんは「ダラダラ食い」という言葉を聞いたことがあるでしょうか？
今回はダラダラ食い続けていると自分の歯にどういったことが
起こるのかお知らせしますね。

悪い例



上の図はご飯やお菓子を食べると歯がどうなるかを表したグラフです。私達の歯は食事をするとしばらくの間は歯が溶けやすい状態になります。その後30分～1時間くらいかけて歯は回復していきます。この間はお口に何も入れないことが重要なのですが、中にはご飯の時間が長い人やお菓子をずっと食べている人っていますよね？これを「ダラダラ食い」といいます。これをしてしまうと、歯が回復できないため、歯が溶けやすい時間が長くなってしまいます。そのためむし歯ができやすくなってしまいます。

2月7日(木)、21日(木)、28日(木)は休診です。
2月14日(木)は午前中診療します。

よろしく願い致します。



むし歯の原因には「歯の質」「糖質(砂糖など)」「細菌」の3つの要素がありますが、時間をかけてご飯を食べることも、むし歯の原因に含まれます。

たまに定期健診でお子さんの口の中を確認すると、むし歯を見つけことがあります。その時、むし歯があることをお母さんに伝えると、「毎回定期健診で来院していたり、家でお菓子を食べさせてないのにどうしてむし歯ができるのですか？」と不安になるお母さんがおられます。もしかしたらダラダラ食いが原因かもしれません。

歯を強くする方法として当院ではお子さんや大人の方の定期健診の最後にフッ素を塗っております。歯磨きが苦手なお子さんであっても、フッ素を塗るだけでも効果はありますので、興味のある方は是非来院してみてください。



医療法人 SHT
まき歯科・矯正歯科クリニック
Smile Health Thanks



〒700-0975 岡山市北区今3-1-35

TEL 086-243-1006

FAX 086-243-1106

HP: <http://www.maki-dental.jp>

Mail: makishika@do5.enjoy.ne.jp

まき歯科ブログはこちら↓ よろしくね。

<http://blog.livedoor.jp/makishika/>