

2019年8月号 No. 199

## 今月のテーマ「生えたての歯」



### ◆ 生えたての歯は たけのこ？

たけのこは生えたときはやわらかく、食べることができます。でも、成長すると硬くなって食べることができません。生えたての歯も、たけのことと同じです。

別の例を示しましょう。

流したてのコンクリートはやわらかいので、踏むと穴があきます。でも遠くから見ると、コンクリートが硬いかやわらかいかはわかりません。

つまり、生えたての歯は流したてのやわらかいコンクリートと同じというわけです。

**歯が完全に硬くなるのは生えてから3年かかるといわれています。その期間は特にむし歯になりやすい時期となり、むし歯の予防が大切です。**

こんにちは。歯科医師の米田です。今回は、生えたての歯、むし歯予防について書かせていただきました。暑い日が続きますが、体調を崩されませんようご自愛ください。

8月の休診日は、

1日(木)、8日(木)、22日(木)、29日(木)です。

お盆のお休みは11日(日)～16日(金)です

よろしくお願い致します。



### ◆ むし歯の予防

#### ① 食生活の見直し

食事のたびに口の中は酸性に傾き、歯が溶けやすくなります。食後、時間がたつと唾液の力で中性に戻るのですが、むし歯を予防するためには唾液が酸性を中和する時間が必要です。**間食の回数を決める、だらだら食いをしない**、などの対策が必要です。

#### ② フッ化物の利用

さしづめ、コンクリートの硬化促進剤といったところでしょうか。むし歯になりにくい強い歯をつくれます。



#### ③ フィッシャー・シーラント

奥歯の溝の深いところはむし歯になりやすいため、セメントやプラスチックで封鎖します。



#### ④ 歯科医院への定期受診

歯垢がたまりやすい場所のチェック！  
むし歯になりやすいところのチェック！



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](mailto: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/>