

# 健口ニュース

そめじ歯科医院  
089-935-5556

2010年 春号

## キシリトールがむし歯予防に効果的な理由

キシリトールは、多くの果実や野菜の中に天然で含まれる自然の甘味料です。

砂糖の場合、糖をミュータンス菌が分解し発酵させて酸をつくりだします。その酸によって歯のエナメル質が溶かされてむし歯ができてしまいます。しかし、キシリトールはむし歯の原因となる酸をつくりません。また、むし歯の原因となるプラークをつきにくくし、歯の再石灰化を促します。

このようにキシリトールはむし歯予防に有効ですが、これだけでむし歯にならないわけではありません。正しい歯磨き、適切な食生活、定期健診などが重要です。

歯科医院で販売されるキシリトールガムやタブレットは市販のものに比べて、キシリトールの含有量が多い、あるいは甘味料として砂糖を全く使用していないなどの特徴があります。



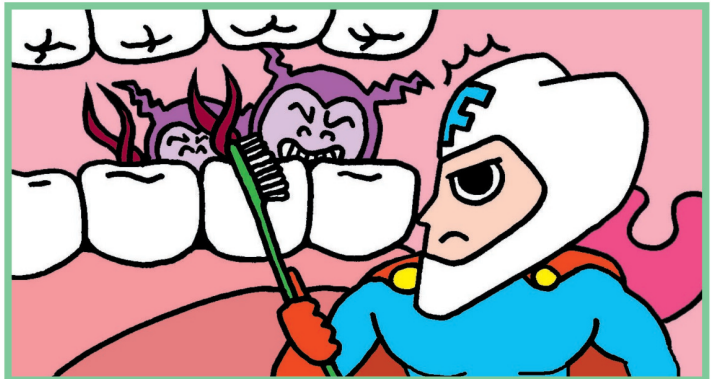
## まちがいさがし

上と下の絵の中に7カ所違う所があります。探してみてくださいね!



テーマ「予防は命/フッソマン」

正解はこちらでチェック↑↑↑



**歯石取り**

カッチカチやぞ

**細菌の膜**

もう一度確認しましょうね。定期健診ではまずお口の中をチェックをして、歯に付着した細菌の膜や歯石を取り除いたりするんですよ。

ハイ... ところで健康ってどんなことするんだったっけ?

今度こそ、定期的に健診を受けてください。むし歯や歯周病の予防なんですからね!

先生、お世話になりました。

なんとか抜かずにすみましたよ

**歯**  
あるある話

先輩、最近めっちゃ爽やかだなぁ! なにか秘密があるのかも...

爽やか

爽やか

爽やか

爽やか

爽やか

爽やか

爽やか

そして健診後... 爽快!

治療と違ってあのスッキリした爽快感は、もうたまりませんよー!

チツチツツ 治療じゃなくて歯の『お掃除』ですよ...

えー! だって痛いでしょ

毎日の歯磨きも大事ですけど細菌の膜や歯石は家庭での歯磨きでは取れないんです!