



# はは歯クラブだより



NO.24

長崎市鳴見台小学校

学校歯科医 行成 哲弘

こんにちは！  医療法人  
ゆきなり小児・矯正歯科です。

これまでお口の中のことに関してたくさんお話してきました。そもそもどうして歯みがきが必要なのでしょう？1日に何度も、毎日毎日…。



むし歯の原因菌は生まれてすぐの赤ちゃんのお口の中はいません。歯が生え始める6ヶ月～2歳位の間歯についた汚れを養分として口の中にだんだんと定着します。その頃から、無数のむし歯菌たちはお口の中にすみついていくのです。

むしば菌（ミュータンス菌）に食べものが加わると（砂糖だと特に）、ベトベトした物質を作り、やがて歯に厚く強くこびりついてしまいます。これが「歯垢＝プラーク」の正体です！！  
歯垢はいわば、「むし歯菌のかたまり」なのです。

歯垢は、べっとりとかっついていてるので、食べかすは取れても「うがい」だけで歯垢はけっして歯から落ちることはありません。



歯垢を歯から落とす＝むし歯の原因を取り払うには使った後のお皿と同じで、「こする・磨く」ことでしか取り除くことはできません。そのため歯を磨くことが必要なのです。

＜日本小児歯科学会認定歯科衛生士 大久保＞  
詳しくは、ホームページをご覧ください。「ゆきなり」で検索すると簡単です。  
今までの「はは歯クラブだより」をホームページに掲載しています。