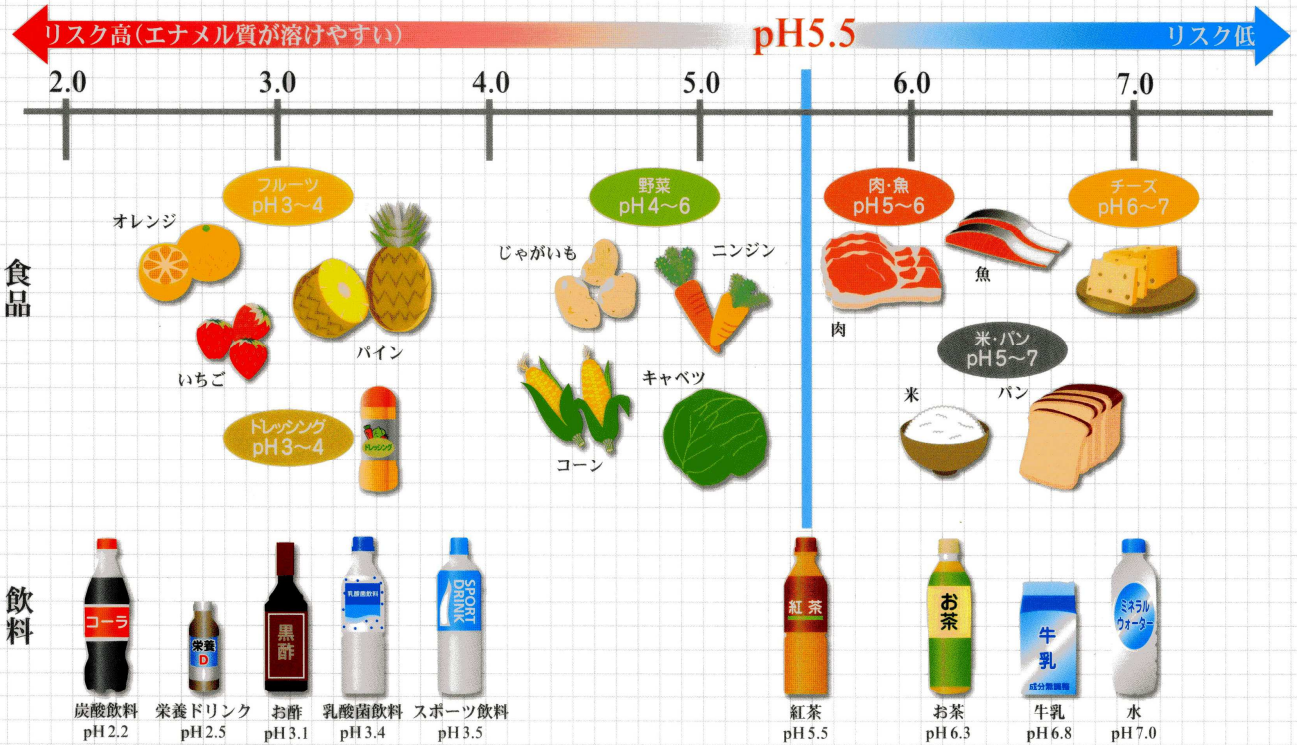


はは歯クラブだより

NO. 54

くろみ北幼稚園 歯科園医小児歯科専門医・行成哲弘
(文責・小児歯科認定衛生士 松永真里)



(監修：東京医科歯科大学大学院う蝕抑制学教室)

上の表の“PH”は“酸性度”を表します。
酸性度の高い食品を 左側から並べたものです。

歯は だ液の酸性度が “PH5.5 以下” になった時に
溶けはじめます。 数字が5.5より小さいほど（上図青線より左側）
酸性度が強い つまり歯の表面がたくさん溶けて
むし歯になりやすいと言えます。
数字が大きいほど（青線より右側）その逆の事が言えます。

食べ物のように「歯につまった！はさまった！」という感覚が
ない飲み物でもむし歯の原因になります。 歯はお口の中で
常に だ液に浸っているからです。
食べ物だけでなく 飲み物も気をつけたいものですね。



医療法人

ゆきなり小児・矯正歯科

日祝・木曜休診 HPは【ゆきなり】で検索！