

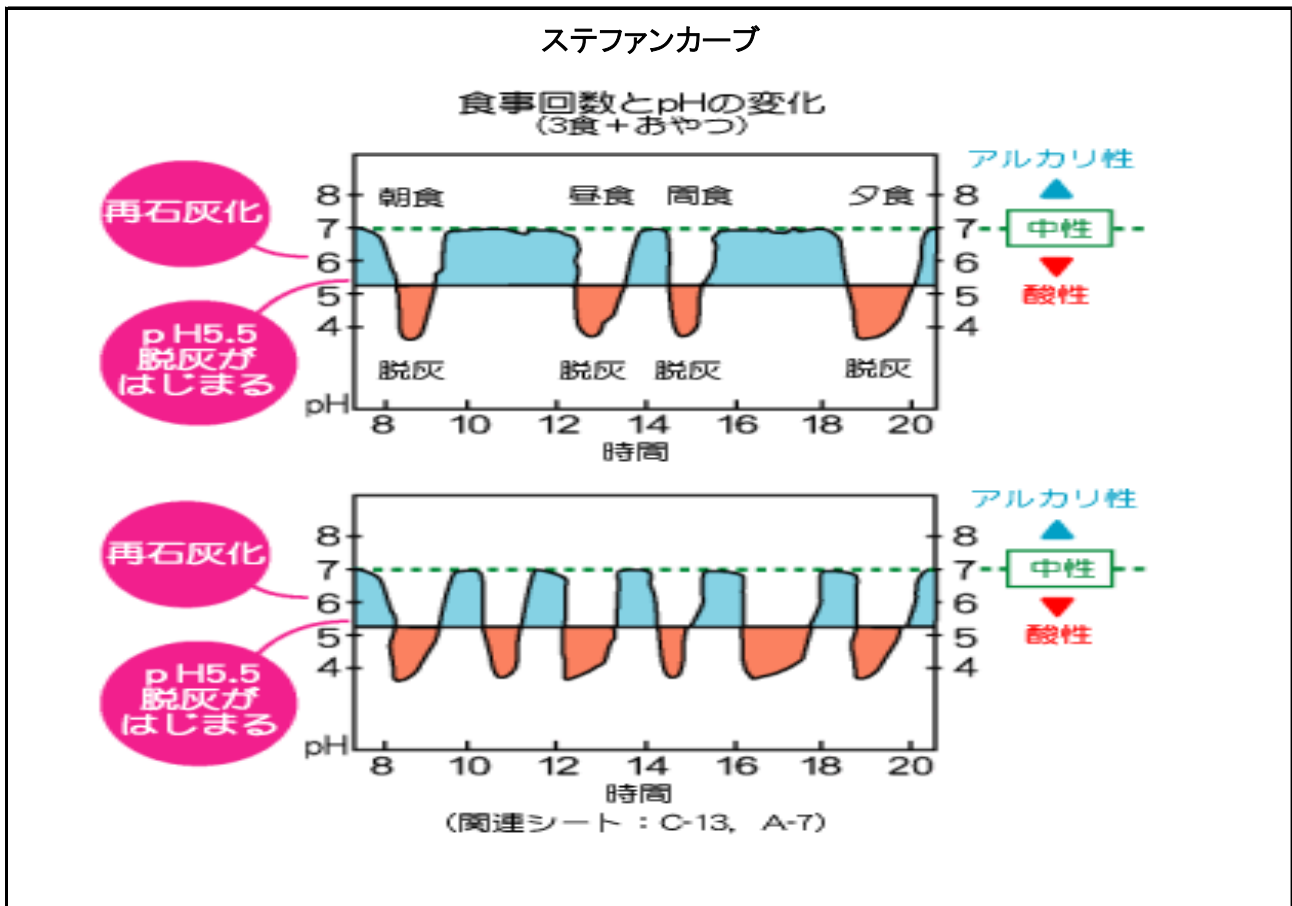
# ムシ歯

ムシ歯の原因菌が食べ物を食べ、酸を作り出します。

酸により歯の成分が溶け出し（脱灰）、やがて穴があきます。

少し溶けているが、穴がない状態（初期ムシ歯）であれば、成分が戻ってくる場合があります。  
（再石灰化）

お口の中が酸性だと脱灰し、中性だと再石灰化します。（ステファンカーブ）



※おやつやジュースは時間と量を決めて！！



ムシ歯を防ぐためには・・・

- \* 菌を減らすこと・・・ 歯みがき
- \* 食べ物を残さないこと・・・ 歯みがき、ダラダラ食べをしない  
 (哺乳瓶やストローはダラダラ飲みの原因)
- \* 歯を強くすること・・・ フッ素塗布、シーラント