

つつみした歯科News

HA. 5月号

〒533-0022

大阪市東淀川区菅原6-19-4

TEL: 06-6160-4618

HP: www.tsutsumishitashika.com

歯が溶ける?! 酸蝕症を知っていますか?

歯が変色したり溶けるといった虫歯のような症状が現われる**酸蝕症**の原因の一つに食品の酸があります。健康に良いからと毎日摂っている食品から影響を受けることがあります。ここで問題なのは量ではなく摂り方にあります。これからの季節水分補給をすることも多いため、正しい知識をもち、歯を守りましょう!



酸蝕症を引き起こしやすい主な食品・飲み物とは??

柑キツ類

お酒類

子供用飲料水

清涼飲料水

調味料(お酢) など

予防と対策



- ・酸っぱいものを食べた時は、30分ほど時間を置いて軽いカミハミがききましょう
- ・だらだら飲みを控える、また頻繁な酸の干貝取を控える。口にしたらあごはりにお茶を飲む
- ・寝る前に酸性度の強い食品を口にしない、また子供さんに補食瓶でジュースを飲ませることを控える
- ・フッ素入りハミガキ剤などを使用しましょう♪



Home Gel

ホーム ジェル

子供さんから大人の方まで幅広く
お使い頂けるフッ素ジェル
虫歯を予防し歯を強くします!



各¥820

!味は6種類!

Con Cool ジェル

コンクール

フッ素配合のハミガキ粉で
歯を強くし酸に溶けにくくします!



¥1090

酸蝕症初期には

フッ素とカルシウムが配合された

Pos-CaF

ポスカフ



有効です。噛むことで唾液が
たくさん出て酸を洗い流している
上に歯の再石灰化を促進!!



各¥820