



歯っぴ～噛む噛む



今回のテーマは

「むし歯の原因は●●だけではない」です。



【その1】

「むし歯の原因は砂糖だけではない」

*「砂糖＝シヨ糖」です



むし歯の原因となる細菌は、シヨ糖だけでなく**ブドウ糖**、**果糖**、**調理でんぷん**も
(熱と水分を加えて調理したでんぷん)

取り込み、歯の表面のエナメル質を溶かす酸を作ります。シヨ糖を食べていないからと

油断せず、歯磨きやフッ化物利用を行いましょう。

<例>

ブドウ糖:米, 小麦, いも類, 果物, 清涼飲料水, 甘味料
果糖 :果物などの天然食品, 清涼飲料水, 加工食品
でんぷん:米, 小麦, トウモロコシ, ジャガイモ



【その2】

「むし歯の原因はミータンス連鎖球菌と

にゅうさんかんきん
乳酸桿菌だけではない」

最近、複数の細菌種(アクチノマイセス属, アトポビウム属など)がむし歯への進行に関わっていることが発見され始めました。さらに研究が進めば、「口の中にどの細菌が多い人がむし歯になりやすいか?」が分かるかもしれません。

しかし、歯磨きでむし歯の原因となる細菌を取り除くことが大切であることに変わりはありません。

