



地域一番の歯科医院を目指しています。

72号

山本歯科医院通信～「おだいじに」～

この「おだいじに」では最新の歯科の話題や、皆さんが普段疑問を持たれている事柄等についての情報を提供したいと思っております。こんなこと聞いてみたい、あれってどうなんだろう？そんなことがあればどんどんリクエストしてください。

2015年3月号



～バレンタインは「歯医者さんのチョコレート」～



大切なのは、「キシリトール100%」

「**歯医者さんが作ったチョコレート**」は、むし歯の原因である**砂糖**を使わず、「**キシリトール100%**」で甘味を出したことが重要なのです。キシリトールは、お口の中の菌で発酵することがないので酸を作りません。「キシリトール入りのガム」でむし歯を予防できることは、皆さんご存知ですね。「**歯医者さんが作ったチョコレート**」は、「**甘味料キシリトール100%**」。むし歯予防に効果的です。

○噛まずになめるだけ！

「**歯医者さんが作ったチョコレート**」はお口に入れてゆっくり溶かすだけ。だから、ガムをまだ与えられない小さなお子様や、ガムを噛めない入れ歯の方も気軽に口に入れることができます。むし歯になりやすいタイプの方は今まで「チョコレートは駄目」と言われてきませんでしたか？もうそのガマンは不要です。しかも、カカオは心を安らかにする作用があると言われています。リラックスしたいとき、むし歯の心配をせずにチョコレートをゆっくり溶かしてください。

○これからの時代のおやつ

「治療ばかりしていても、むし歯は減らない。むし歯にならないように予防しなければいけない」「甘いお菓子を我慢して。一日3回しっかり歯を磨きましょう」と言うのが当時のむし歯予防法でした。しかし、20年間それをしてきたのにもかかわらず、現在日本の子供のむし歯の数は、減少傾向にあるものの、欧米先進国の3倍にのぼります。「むし歯になりにくいお菓子を選択し、歯みがきは定期的に歯科医院で行ってもらおう」これが欧米方式です。

チョコレートの主成分であるカカオは、本来薬効こそあれむし歯の原因とはなりえません。チョコレート中の糖分を全てキシリトールにすることで、「むし歯にならないチョコレート」が開発できました。

○ちょっと価格が高い気がしますが...

キシリトールの価格は砂糖の10倍～15倍します。

又、キシリトールは固まりにくい性質があるので、

特別な製造工程が必要のため、時間がかかりコストが高くなります。

○キシリトールチョコレートの食べ方...

大人は1日3回、1回に1粒から3粒程度。幼児は1日1回、1粒程度。

歯磨き後、寝る前に摂取すると効果的です。ゆっくりなめながらお召し上がり下さい。



今回の裏面の担当は後藤奈々(左)と鈴木雅勝(右)です。彼らスタッフも一生懸命頑張っています。



山本歯科医院 tel 0587-33-0570 fax 0587-33-0571

<http://yamamoto-dc.racoo.co.jp/>

20個入りひと袋864円(税込) (税抜800円)

抜けた乳歯の昔の言い伝え

みなさんは抜けた乳歯をどうしていますか。大事に保管している人もいれば、なくしてどこかにやってしまったという人もいると思います。

日本の昔からの言い伝えでは、地域によって多少異なる所はありますが、子供が歯を抜けた時、下歯は屋根に、上歯は床下に投げる習慣があったそうです。上歯は下に、下歯は上にすくすく伸びる様にと願ったにめられていたとのこと。

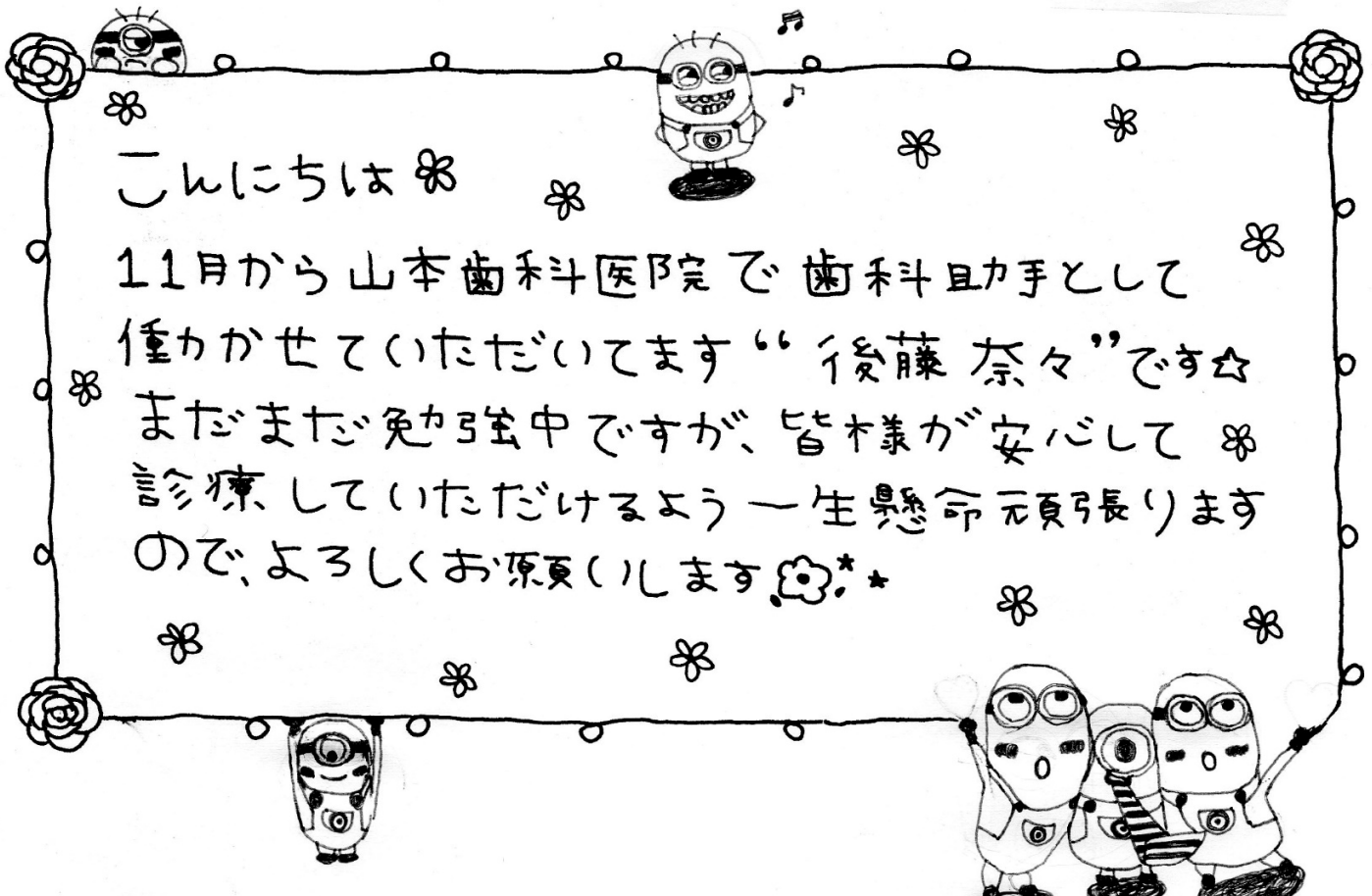
海外では、乳歯が抜けると、その歯を袋に入れて、枕もとに、おいて寝ると、歯の妖精（Tooth fairy）が抜けた歯を集めにきて、お金と交換してくれるという言い伝えがあります。子供たちにとっては、このプレゼントをとても楽しみに眠るというサンタクロースのような存在なのです。

昔から、どの国でも、生えかえる永久歯や丈夫でありますようにという願いがこめられており、

歯の大切さを昔から認識されていたことがわかりますね。



担当: 鈴木



こんにちは

11月から山本歯科医院で歯科助手として

働かせていただいています“後藤 奈々”です☆

まだまだ勉強中ですが、皆様が安心して

診療していただけるよう一生懸命頑張ります

ので、よろしくお付き合いします。***

