うさぎ新聞

6月号

皆様!! 6月4日は何の日かご存知ですか??

6/4 虫歯予防Dayですぴ

うさぎ新聞では、前々月号から虫歯予防について連載させていただいておりますが今回は「お口の中のPH」についてです。

《PHとは…酸やアルカリの程度を示す単位です》

当院でもお口の中のPH値を測らせていただくことがあると思いますがこのPH値は虫歯と深い関係があるのです!!

普段は唾液のおかげで中性に維持されています。

しかし、糖を含んだ飲食物を摂取すると、プラーク(歯垢)中の細菌が酸を産生し、PHが下がり酸性になります。

酸性の状態が長いと…
- 虫歯になりやすい
- 義歯(入れ歯)のお口臭が強くなる

酸性 ⇦	中性	⇨ アルカリ性
小	6.7~7PH	大

5.5PH以下歯が溶けだす

予防
- 適切な歯磨き
- フッ素の利用
- 義歯(入れ歯)は専用ブラシで磨く
- 洗浄剤を利用
- 定期的に検診を!!

当院では、血液中の酸素濃度・体温・血圧も計測して、その時の体調を診ています

～金子歯科医院～