

# 哲風会通信

2014. 10

VOL.34

秋も深まり、紅葉も見頃になってきました。秋といえば食欲の秋、読書の秋、スポーツの秋など楽しみはたくさんありますが、私はやはり食欲の秋でしょうか。朝晩などの気温の変化に体調をくずさないようにみなさんもお気をつけ下さい。



## フッ素で強い歯・丈夫な歯

### フッ素で虫歯予防？

虫歯予防といえば、「フッ素が有効である」と聞いたことはありませんか？子供の虫歯予防のためフッ素塗布を推奨している歯医者さんもありますし、たいていの歯磨き粉にもフッ素は入っています。いまやフッ素は虫歯予防に効果的だということは常識になりつつあります。



### なぜフッ素は歯にいいの？

フッ素は歯を強化したり、虫歯菌に負けない歯をつくる働きがあります。

#### ① 初期虫歯を修復(再石灰化の促進)

フッ素は、虫歯になりかかった歯から溶け出したカルシウムなどが、再び歯の表面に戻ろうとする作用(再石灰化)を助け、歯の修復を促進します。

#### ② 歯質を強化する(耐酸性)

フッ素が歯に取り込まれることで、エナメル質が強化され、酸に溶けにくい強い歯になります。

#### ③ 虫歯菌の抑制

フッ素の抗菌作用により、虫歯菌の働きを抑え、酸の再生を抑制させます。

## 続けることが大切です！

3・4才ぐらいの頃から中学生頃までの時期がもっとも虫歯になりやすく、この期間に継続してフッ素塗布などを行うことで、大きな虫歯予防が期待できます。フッ化物の種類や使い方によって効果は異なりますが、どの方法でも早くはじめて長く続けることが大切です。また、いくつかのフッ化物を併用することで大きな予防効果が期待できます。当医院では、子供の治療終了後にフッ素塗布を行い3か月に一度の定期健診をおすすめしています。是非健診にいらしてください。

## トピックス



先月、二ヶ月に一度行っている3院合同ミーティングに参加してきました。今回のテーマは「復習！歯科の基礎知識」です。普段私たちは医院の中で歯科用語の略称を使っています。その名称や意味を改めて勉強してきました。この機会に再確認できてよかったです。

## 今回の通信担当

ちづ歯科クリニックの加藤です。秋といえば新米もでてきますね。食することも楽しみの一つですが、目で楽しむこともできる青森県田舎館村の田んぼアートを見に行ってきました。水田には世界遺産の富士山と天女が舞う姿を色違いの稲で描いていました。風に揺れる風景は想像以上に素晴らしかったです。



医療法人 哲風会  
むさしデンタルオフィス

〒010 - 0912  
秋田市保戸野通町4 - 8  
TEL:018-853-8214  
フリーアクセス:0800-800-8461

医療法人 哲風会  
ちづ歯科クリニック

〒018 - 1605  
南秋田郡八郎潟町川崎字屋寝  
233 - 1  
TEL:018-875-2801