

知っておきたい



のお話



高石市東羽衣
辻野歯科医院 院長 辻野 元博

ソフトドリンクの 取り過ぎに注意

歯はヒトの体の中で一番硬い組織です。むし歯はむし菌によって産生される酸により、歯が溶かされ穴があいたりします。

しかし、むし歯以外の原因により歯の硬組織が壊れることがあります。その一つが酸蝕症です。飲料で酸

性の強いものは、酸により歯の一部が溶けることがあります。炭酸飲料、乳酸飲料、スポーツドリンクなどがあげられます。スポーツドリンクは、運動時や発熱で食事がとれないときに、体への吸収がよくとても便利な飲み物です。しかし、お口

の中がずっと酸性に傾いてしまつたら飲みはやめましょう。奥歯の咬み合わせの面が、お皿状にすり減っている場合には、酸性飲料の取り過ぎによる酸蝕症の可能性があります。食生活習慣を見直す必要があるかもしれません。

☎ 072(265)8211

<http://www.tsujino-dental.com>