

歯の相談室



あじま診療所歯科
歯科医師 右近 快平



知っておこう！ さんしょくし 酸蝕歯について

誰もが「酸蝕歯」になる可能性があります。成人の6人に一人が「酸蝕歯」として報告されています。

「酸蝕歯」とは、健康に良いとされる「酸」を含む飲食物を摂り続けることによって、歯のエナメル質を弱体化させ、薄く弱くなってしまった状態のことを言います。さらに、白濁し小さなヒビが入り、歯ブラシや歯ぎしりですり減って露出した象牙質が酸によって溶けることにより知覚過敏の症状を呈することもあります。

炭酸飲料、酢、ワインといった酸性飲料を摂らないということではなく、長時間留まらさないこと、余韻を楽しまず、うがいをするなど、上手に付き合うことが必要になります。

