

# SawamotoDentalOfficeNews

2016年6月号

紫陽花が大輪の花を咲かせる頃となりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか？  
6月号のSawamoto Dental OfficeNewsでは「酸蝕ってなに？」について特集してまいります。



## ●歯が溶ける！？酸蝕歯って知っていますか？

「むし菌が出す酸によって歯が溶ける」のがむし菌。酸蝕とは、それとは違って、酸性の食べ物や飲み物に歯が触れることで起こります。実は、どんな人でも日常的に酸の影響を受けていますが、唾液の力によってエナメル質が補修され、そのバランスが保たれているおかげで歯の健康が維持されています。

でも、そのバランスが崩れて、酸の影響を過剰にこうむるようになった時に、酸蝕という問題が生まれてきます。その度合いが大きいものや、将来問題になりそうだと  
いうものを含めて「酸蝕歯」と呼んでいます。



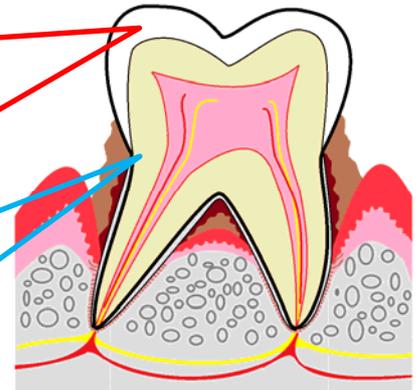
## ●唾液の力

お口のなかのpHは、ふつう唾液の力によって中性(約pH7)に保たれています。しかし、酸性の食べ物・飲み物をお口に入ると、お口のなかは酸性にかたむき、エナメル質が溶け始めます。これを「脱灰」といいます。しかし、一方では、唾液が酸を中和して、唾液に含まれるカルシウムなどにより歯を修復してくれます。

これを「再石灰化」といいます。通常はこの「脱灰+再石灰化」のバランスが保たれて、歯の健康が維持されます。でも、酸性の飲食物に長く、あるいはしばしば触れたり、唾液の減少などが原因で再石灰化が進まないと、バランスは崩れ、脱灰が進んでしまいます。

## ●エナメル質

からだのなかで、もっとも硬い部分です。骨よりも固く、歯を守る鎧の役割を果たしています。でも、酸が苦手な、pH5.5を超えた酸性の飲食物に触れると軟化し、溶け始めます。とはいえ、短時間触れただけなら、唾液の力で修復されるため通常は問題になりません。しかし、長く触れていると、唾液の補修力では間に合わず、軟化し溶け始めます。奥歯の場合、2ミリ程度の厚みがあるエナメル質ですが、噛む力が加わると、軟化したエナメル質が削れて摩耗が病的に進行してしまいます。



## ●象牙質

骨と同じくらいの硬さがありますが、エナメル質に比べるとぐっと軟らかい。また、酸にもさらに弱く、より酸性度の穏やかなpH6.0でも溶けてしまいます。本来はエナメル質の下で守られていますが、酸蝕症によって象牙質が露出してしまえば、軟らかい分、症状が一気に悪くなります。

毎日ジョギング後に黒酢を飲んでいていた患者さんの奥歯です。  
治療あとのきれいな歯が、酸でボロボロになってしまいました。



健康意識が高く、歯みがきも丁寧な患者さんです。  
かつては歯が丈夫なのが自慢でした。毎日ジョギングを欠かさず、ジョギング後の水分補給には「からだによいから」と2年間、黒酢を習慣的に飲み続けました。知覚過敏などの症状はほとんどなかったため発見が遅れ、症状が悪化してしまいました。

酸蝕症は食生活に気を付けることでと防ぐことができます。  
来月のSawamoto Dental OfficeNewsでは「こんな食生活にご用心！」について特集していきます。

