

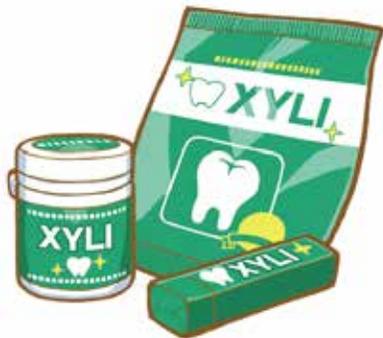
# 13 キシリトール

## ムシ歯の原因“酸”をつくらない甘味料

厚生省は1997年、キシリトールを食品に使用することを認可しました。店頭にはたちまちキシリトール入りのお菓子が並びました。テレビCMにも大々的に登場し、「ムシ歯予防」商品の「定番」になっています。

### キシリトールは天然素材甘味料

- (1) 多くの野菜や果実に含まれている天然の甘味料です。(例えばホウレンソウ100g中には107mg含まれています。)
- (2) 砂糖と同じくらいの甘さがあります。
- (3) カロリーは砂糖の4分の1です。
- (4) 血糖値に影響を与えないので、糖尿病患者さん向けの医療品原料としては、以前から使われていました。キシリトールは世界中の国々で、むし歯予防効果と安全性が認められています。



### ネバネバせず、“酸”をつくらない

砂糖などの糖分は、口の中でムシ歯菌によって分解され“酸”をつくります。この“酸”が歯を溶かしてむし歯をつくるのです。ムシ歯菌の住みか「プラーク」はネバネバしていて、歯を磨いても落ちにくいものです。

しかし、キシリトールはムシ歯菌に代謝されないため、菌は“酸”を生成しません。“酸”ができにくくなると、プラークは歯みがきすれば落ちやすくなります。また、ムシ歯菌の発育を抑えたり、エナメル質の再石灰化にも効果があるといわれています。

### キシリトールはミラクル食品？

では、キシリトールが入っているお菓子はすべて良いかといえばそうではありません。キシリトールが入っていても、他の糖分が入っていれば効果は半減します。キシリトール自体も**50%以上入っていないと効果がありません**。さらに、6ヶ月以上持続して使用しないと効果がない事も分かっています。

キシリトールの優れた性質を有効にするためには、チューインガムやタブレット、歯みがき剤などが望ましいといわれています。

お菓子類を選ぶときにはよく確かめてください。

# 14 スマイルキッズ

## ムシ歯から子供を守るには協力が不可欠です

人は365日食事をします。

365日×食事3回分の歯ブラシが必要です。

お子様は365日×食事2回としても→730回です。

730回も保護者様による日々のフォローが必要なのです。

我々、YSC（吉田歯科クリニック）にできることは限られています。

ムシ歯なし・高濃度フッ素・磨き残しのPMTC（歯科のプロによる歯の本格的なお掃除）を3ヶ月毎にしても年4回、4/730です。

どうでしょう、お気づきになりましたか？

## ムシ歯予防は将来の宝物になります!!

### YSCは、ムシ歯のない明るく健康な子供をふやしたい…

- ①小学生までの子供を対象に定期管理を行います。
- ②入会金、年会費はかかりません。

スマイルキッズ  
入会受付中

### プログラム

- ムシ歯のチェック
- 噛み合わせのチェック
- レーザーを使って細かい虫歯のチェック
- 歯ブラシチェック
- 歯のクリーニング
- フッ素を塗ります
- これを全て含めて ¥2,500 (税抜)



レントゲン検査やムシ歯の治療、シーラントなどに関しては、保険診療となりますので別途費用がかかります。詳しくは受付まで。