

歯科衛生室だより

むし歯はどうしてできるの？

～むし歯ができる仕組みとは～

①むし歯とは？

むし歯とは歯垢（デンタルプラーク）の中にいる虫歯の原因菌が作り出す酸によって、歯のエナメル質を溶かしてできる病気です。

②むし歯の原因は？

「細菌」「糖質」「歯の質」の3つの要因があります。そしてその原因が重なり、そこに一定の「時間」が経過することでむし歯が発生するのです。

「細菌」

口の中にいるたくさんの菌の中でも、むし歯の一番の原因菌となるのが「ミュータンス菌」です。ミュータンス菌が歯の表面に付着し、糖質から酸を産生して歯を溶かします。

「糖質」

食べ物や飲み物に含まれる糖質は、細菌が酸を作るエサとなります。間食が多い人は、歯が酸にさらされる時間が長くなり、むし歯になりやすくなります。

「歯の質」

個人個人の歯質でむし歯に対する抵抗性は違いますが、生えたての歯はとても未成熟でむし歯になりやすいです。



むし歯の原因となる3つの要因が重なる時間をできるだけ少なくすることで、むし歯のリスクを下げることができます。

むし歯は適切な対策を行えば、
確実に予防ができます。

