

生えて間もない歯は十分に硬くなっていない  
うえ、子どもは砂糖を含んだ飲み物やお菓子を  
好むことが多いので、むし歯になりやすい  
状態です。

特にむし歯になりやすいのは、プラーク  
(歯垢)が残りやすい歯と歯の間、歯と歯  
ぐきの境目、奥歯のかみ合わせの溝です。



ママごはん  
デンタルクリニック

《第18回》  
むし歯の予防  
“シーラント”



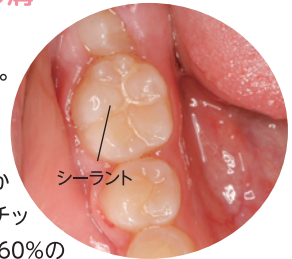
歯と歯の間

歯ブラシだけではプラークを60%程度しか  
取り除くことができませんが、デンタルフロス  
を使うことで90%近く取り除くことができます。  
仕上げみがぎのときにデンタルフロスも使用し  
ましょう。



奥歯のかみ合わせの溝

むし歯予防には  
「シーラント」が有効です。



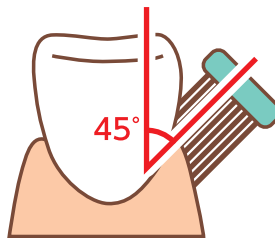
### 〈シーラント〉

歯科医院で、奥歯のか  
み合わせの溝にプラスチック  
を埋め込む方法で、約60%の  
予防効果があります。奥歯が生えたら、できる  
だけ早期に行いましょう。シーラントは乳歯に  
も永久歯にも有効です。



歯と歯ぐきの境目

歯ぐきに対して歯ブラシの毛先を  
45度の角度にあて、5mm幅程度で動  
かしましょう。



歯を削らないから  
痛くないし怖くないよ!



●詳細は、下記三重県歯科医師会にお問い合わせください。



協力／三重県歯科医師会

〒514-0003 津市桜橋2丁目120番地の2 ☎059-227-6488 (代)

<http://www.dental-mie.or.jp>

日本歯科医師会  
PR キャラクター  
よ坊さん(三重県)

