

よ坊さんの  
豆知識

健康な  
歯のために



### 唾液の力

歯の表面に付着した細菌が、甘いものを飲食すると酸を作り、酸によって歯の表面のCaが溶け出してしまう（脱灰）。そのままだと、むし歯になってしまいますが、唾液の力によって酸を中性に近づけます（緩衝作用）。また脱灰してしまった歯の表面にCaを戻してくれます（再石灰化）。甘いものが残らないように、しっかり歯磨きをしましょう。

（一社）埼玉県歯科医師会