

## もくじ

1. 丈夫な歯ってどんな歯？
2. 唾液だえきはなんで大切ななの？
3. エナメル質ってなに？
4. どうしてむし歯になるの？  
トピック：薬用歯みがき剤
5. 歯のまわりの病気



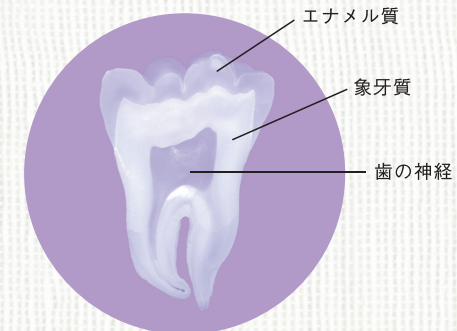
「おかあさんの保健ノート」は、わが家の看護師さんとして家族の健康を管理するおかあさんや、その役割を担う人のための保健ノートです。

## 丈夫な歯ってどんな歯？

一本一本生えてくる赤ちゃんの歯。とってもかわいくて、きれいに見えますね。でも実は、生えてきたばかりの歯は、まだ完全にできていません。それはどういうことでしょうか。

私たちの歯と骨は「硬組織こうそしき」といますが、肌や筋肉の「軟組織なんそしき」と違って、ほとんどがカルシウムなどのミネラルからできています。そのミネラルは、「ハイドロキシアパタイト」というリン酸カルシウム的一种で、結晶になっています。骨の60%、歯の表面をおおうエナメル質の97%、その下の象牙質の70%をしめています。歯と骨は、常にミネラルの補給が必要です。

歯ぐきのなかで形となった乳歯や永久歯は、生え出てきたときは、歯表面のエナメル質のミネラル構造がまだ未成熟なんです。出てきた後に、歯の表面を強くするのに欠かせないのが「唾液だえき」。数年間かけて、唾液が補給するリン酸とカルシウムを取り込みながらはじめて密度の高い、丈夫な歯となります。唾液は一生私たちの歯にミネラルを与えて、その健康を守ってくれています。



歯の断面写真