

酸蝕症ってどんな病気？



<大誠会だより 歯科編>

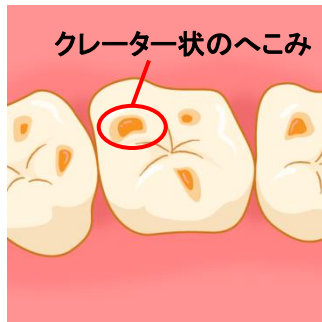
2023.7月号

酸っぱいものに
触れすぎた歯が、
溶けて弱くなってし
まう病気です！！



見た目ってどんな感じ？

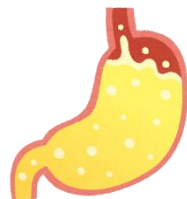
酸に触れた**歯面全体が溶け**、
むき出しの象牙質の濃い色や
クレーター状のへこみがある。



こんな原因にご用心！

①胃酸(逆流性食道炎)

胃酸は強酸性。
ゲップとともに上がってくる胃酸が
歯を溶かします。



②酸性度の高い飲食物を過剰にとる食習慣

●運動中の スポーツ&ビタミン飲料



ダラダラ飲みにご注意を！
最後にお水を
飲みましょう

●柑橘類や酢の摂り過ぎ



健康、美容のため...
過剰摂取に気をつけ
ましょう

●哺乳瓶でジュース



酸が前歯の裏に集
中のに触れるので
酸蝕症の原因に
哺乳瓶でジュース
はやめましょう

●チューハイ、梅酒、ワイン のチビチビ飲みダラダラ飲み



歯が酸に長く触れ
るので
リスク大です

身近な市販飲料の酸性度は？



酸性度が高い

酸性度が低い

エナメル質が
溶けはじめる
pH5.5

pH=2



ワイン
pH=2.3~3.8

pH=3.5



pH=4



日本酒
pH=4.4

pH=5.5



pH=7



pH=3.4



pH=3.6



ビール
pH=3.9~4.3



芋焼酎
pH=4.4~4.9

pH=5



pH=6



麦焼酎
pH=6.3
(pH=4.1~7.1と幅あり)



レモン
pH=2.1



ゆずポン酢
pH=3.4



みかん
pH=3.6



マヨネーズ
pH=3.9



醤油
pH=4.7



カップみそ汁
pH=5.5



牛乳
pH=6.8



豆乳
pH=7.3

pH2.0

pH5.0

pH7.0