

# ひびく 歯科クリニック

## 新聞 2014.2月号

寒い日が続いています。皆さんお変わりありませんか？

さて2月といえばバレンタインデーですね。

親しい人や恋人?!にチョコレートなどをプレゼントするということで、普段甘い物断らをして  
いる方もこの季節は「まっ、いいか」ということで口にする機会が多いのではなんでしょうか。

ところでチョコといえば **キシリトール** というのは昔の話で今は

**キシリトール**のおかげでムシ歯を心配せずにチョコでも食べる

ことができるようになった。

なぜキシリトールはムシ歯にならないのでしょうか？

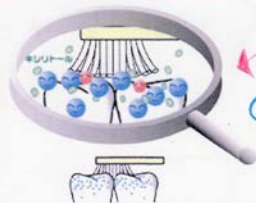
それは…

- ① 甘いものだと思えばムシ菌が食べるよ  
ムシ菌がお腹を水で冲刷なくなる



だから  
ムシ菌の数が  
減ります!!

キシリトールを定期摂取した歯面



- ② お口の中の汚れが落ちやすくなる

これはキシリトールを食べ続けると、ネバネバ成分を  
出さない善玉菌が増えて悪玉菌が減るからです。

- ③ キシリトールガムなどでは唾液が早く出る  
唾液が早く出ると、お口の中がムシ菌に  
たまりにくい状態になります。

唾液(ツバ)が早く出ると、お口の中がムシ菌に  
たまりにくい状態になります。

いかがですか？  
甘いものを我慢するの大事ですが、うまく利用すれば  
お口の中の健康に役立ちます。

キシリトールのガム、タブレットなどで使ってみませんか？



ひが・齒科クリニック  
おススメの

# キシリトールのお菓子



## ← キシリトールガム

11国（スウェーデン、フィンランド）  
などの北欧諸国では、このガムの  
普及にFDM（歯）が大きく減少して  
いわれています。

1日4枚、3ヶ月続けると  
効果的です!!

ボトル 950円  
袋 250円

## キシリトール チョコレート →

日本の歯医者さんが作った歯予防の  
チョコレートです。

お菓子をやめられなくても、食べると又天然のお菓子を  
作るという発想。

子育て世代にはありがたいかも...

850円



## ← キシリトール キャラメル

チョコよりキャラメルが好き...  
という方にはこれです。  
くっつきやすいので銀歯が  
はずれるかも...

その時は、ご来院下さい!!

350円

