

6-1

① 歯磨き粉を使うとどのような効果がありますか？

歯磨き粉は、歯ブラシと一緒に用いてブラッシングの効果を高めるためのものです。その主な効果ですが、抗菌作用（虫歯菌などを減少させる）を目的として、虫歯や歯周病の予防・抑制などに効果のある薬用成分を配合している場合が多いです。そのほかにも、白くさせる成分や、口臭予防、爽快感を与えるなどを目的とする成分が含まれることが多いです。とはいえ歯磨きの基本はブラッシングで、歯磨き粉の使用は補助的なものと考えてください。

② 動物も虫歯になりますか？

動物にも本数や形に違いがあるとはいえ人間と同じような歯がありますので、虫歯の危険性があります。しかし、野生界の動物でいえば、狩猟していたり草食していたりで、いわゆる虫歯の原因となりうる糖分等の心配がないので、虫歯は少ないです。

また、愛玩動物（人に飼われている犬猫など）についても、正しく飼っていれば虫歯の心配は少ないですが、人と同じような食生活に近づくと、人と同様に虫歯の心配があります。

6-2

① 虫歯の前兆みたいなものはありますか？

学校歯科の健診で、C（シー）とよばれるのを聞いたことがあるかもしれませんが、これがいわゆる虫歯になった歯をあらわします。また、CO（シーオー）とよばれることもあります。これは明らかなむし歯にはなっていませんが、歯の最表面が脱灰（歯がとけること）しはじめている状態をあらわします。このCOは現時点においては治療の必要がなく、丁寧なブラッシングで再石灰化（歯がとけるのが止まり、唾液等のため再度健康な歯にもどること）により正常にもどる状態をいいます。

虫歯の前兆ということでは、このCOがあてはまるでしょう。また、COになっていなくても、ブラッシング不良の状態であれば、虫歯の危険性が高くなるので虫歯の前兆といえます。

② 虫歯になりやすい人となりにくい人がいるのは本当ですか？

乳幼児、学童期の時期でいえば、虫歯に「なりやすい」「なりにくい」という、生まれつきの体質的なことはないです。しかし歯並びの悪い人は、歯並びのよい人と比べれば、食べ物の流れが悪く、歯磨きも難しくなるので虫歯になりやすくなります。また、生活習慣において悪い食生活であれば、正しく食生活をしている人と比較すれば、虫歯になりやすいといえます。