

今月のさがあお豆知識

～いろいろな歯についての豆知識～

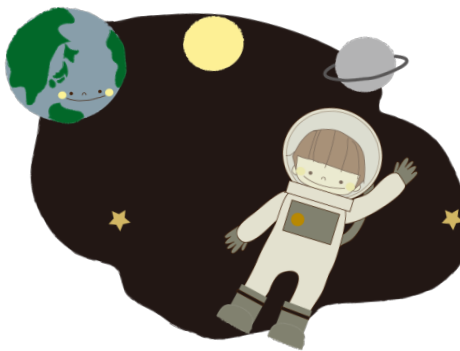
No.28

フッ素入り歯磨き粉での歯磨き後のうがいは1回？

歯磨き後に何回もうがいをすると歯磨き粉に含まれるフッ素(歯を強くする成分)がすべて流れてしまいます。歯磨き後に、ごく少量の水(10ml)で1回だけぶくぶくうがいをし、30分間飲食しないことにより、

再石灰化(歯が強くなる)の効果が高まると言われています。

★うがいは数回したい！という方には他の方法もあるので
歯科衛生士にご相談下さい^^



むし歯があっても宇宙飛行士になれるの？

虫歯も治療してあれば問題ないそうです！
残念ながら宇宙で歯が痛くなった場合、まず痛み止めの薬を飲みます。それでも痛みを抑えることが出来ない時には他の宇宙飛行士が歯を抜く可能性があるそうです…
歯を抜く訓練も行なわれます。
いつか宇宙に行きたい！その日のためにも歯は大切にしましょう！

歯のおまじない

～乳歯が抜けた時のおまじない～

乳歯が抜けた時、上の乳歯を床下へ、下の乳歯を屋根上へ投げるのは、続いて生えてくる永久歯をその方向へちゃんと導いてくれるように、というおまじないです。

国や地域によっては、「抜けた歯を枕の下に入れて寝る」「歯を土に埋める」など様々な方法があるそうです。

近年日本では、マンションなどの高層住宅が増えて歯を投げるのが難しくなったことや、「へその緒」のように子どもの成長の証として、小さな専用ケースに保管して大切にしておく家庭も増えています。

