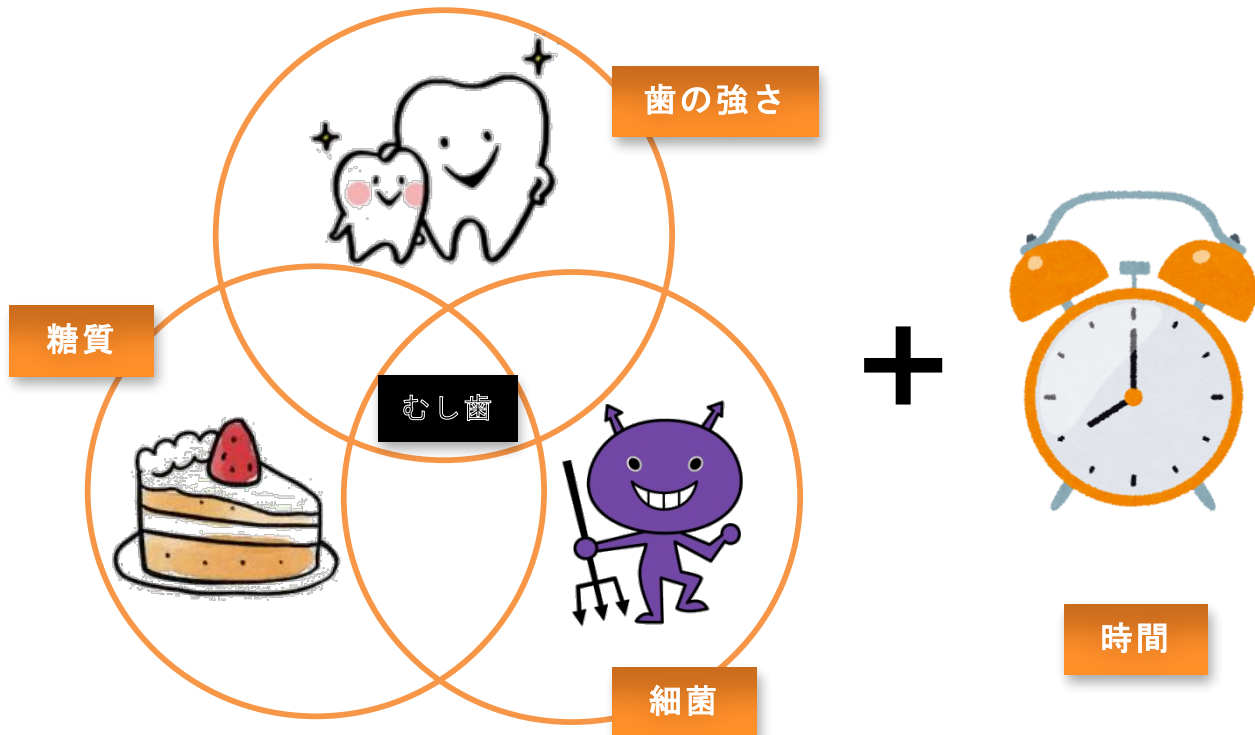


# むし歯ってどうしてできるの？

「歯が痛い」「冷たいものがしみる」という症状が起こる代表的な病気は「むし歯」です。むし歯の原因には「歯の質」「細菌」「糖質」の3つの要素があります。この3つの要素が重なったとき、時間の経過とともにむし歯が発生します。3つの要素のうち、1つあるいは2つの要素だけでむし歯が発生することはありません。



## 😊 ポイント

甘いものを頻繁に摂る方は、むし歯になりやすい環境にあります。症状が進行すると歯を失うことになってしまいますので、早めの段階で適切な処置を行うように心がけましょう。

## 「歯がしみる!!」のもう一つの原因、知覚過敏



知覚過敏とは、冷たいものや熱いものを口にしたときなどに、しみる・痛むといった症状がでる病気。歯の表面にある層が何らかの原因により薄くなり、歯の神経に刺激が伝わりやすくなることで起こります。

### 改善法

知覚過敏対応の薬を塗ったり、知覚過敏対応の歯磨き粉を使い、正しい歯みがき方法で磨く。  
※歯ぎしりや歯周病などが原因の場合には、その原因から改善する必要があります。