

# 研究者インタビュー

東海大学  
医学部 佐藤勉教授



2019No.1

Q1

口の中が酸性になると虫歯になりやすいと聞きましたが本当ですか？

A1

虫歯は、口の中の菌が食べかすを分解して作った酸で歯が溶けてしまうことで起こります。でも、口や喉がさっぱりする爽快感のある飲み物には炭酸やクエン酸などの酸が元から含まれています。時間が経つと唾液で酸は中和されますが、飲んだまま寝たり、そのままにするのはお勧めじゃないですね。

Q2

口の中を素早く中和するのに良い方法がありますか？

A2

酸を中和するならアルカリ性というのは良く知られていますね。アルカリイオン水は、唯一飲むことが認められたアルカリ性の水なんです。アルカリ性の水でうがいすると、中性の水より酸性が戻りやすいと報告があります。

Q3

溶けちゃった歯はアルカリ性になると戻りますか？

A3

酸で溶けた歯が戻るかどうかは研究中ですね。唾液中に含まれる歯の材料物質の濃度とpHの関係によると思いますが、可能性はありますね。

Q4

ミュータンス菌(虫歯菌)にも効果があるんですか？アルカリイオン水を飲んでいると減ったりしますか？

A4

犬の口の中はアルカリ性なので虫歯菌がおらず、虫歯になりにくいという報告があります。人間でも口の中をアルカリ性にすれば虫歯になりにくくなるかもしれませんね。