

宇宙飛行士と歯の健康

(小学生用)

宇宙飛行士になるためには、むずかしい試験にパスするだけでなく、歯や身体が健康であることが大切です。

今回は、宇宙飛行士の歯のヒミツについて考えてみましょう。

● 虫歯があると宇宙飛行士になれない？

宇宙飛行士を選ぶ基準の一つに『虫歯がないこと』があります。気圧の関係で、宇宙では歯が痛くなりやすいからです。治療も出来ないため、大切な仕事が満足に出来なくなります。しかし、小さな虫歯なら、きちんと治療してあれば大丈夫です。小さな虫歯とは、神経に達していない虫歯です。



歯科の定期健診の重要性のひとつですネ。

● 薬でも治らない歯痛はぬいちゃうってホント？

本当です。虫歯だけでなく歯周病でも、歯が痛くなることはあります。痛み止めで効かない場合は、歯をぬいちゃうんだ。歯を抜くトレーニングは、歯医者と宇宙飛行士だけが訓練するのですよ。



歯肉炎の治療で完治させ歯周病に

ならないようにしましょう。

● 宇宙にいても、歯みがきするの？

イエスです。宇宙のような無重力状態の中では、虫歯菌（ミュータンス）が地球上よりも40～50倍ふえやすい。だから歯みがきは大切なんだ。



みんなも、3-5分歯みがきしましょう。

● 宇宙で歯ブラシするって、どんな感じ？

ふつうに歯ブラシを動かすと、体がクルクルまわってしまうから、体を固定させて歯ブラシを小さく動かしてみがくんだよ。



正しいみがき方は小刻みにみがく事です。

歯と歯の間の汚れが取れてサッパリしますよ。

● 宇宙でうがいをするなら、ガラガラ？ブクブク？

答えはブクブクうがいです。無重力状態でガラガラうがいをすると、水が飛び散って宇宙船の中にフワフワ浮いてしまう。だから飲んでもいい歯みがき剤を使って、ブクブクうがいをした後は飲み込んでしまいます。



フクフクうがいを右・左・前・後と30秒しっかりすると、

口の中の細菌がなくなるんじゃ。