

驗機構所提之報告皆足以證實飲茶對於口腔保健確實具有顯著功效。

結語

從茶的發展利用歷史來看，茶最早做為祭品，再演變為飯菜，而後有400~500年間被引用為藥用，最後再演變為日常飲料，我國古籍中記載很多有茶藥用的文字，以近代科學證明，這些記載很多是有科學依據，如飲茶之於預防蛀牙和口腔保健之功效，遠自宋朝蘇軾就曾敘及：「每食已，輒以濃茶漱口，煩膩即去而脾胃自不知，凡由之在齒間者，得茶浸漱之，乃消縮，不覺脫去，不煩挑剔也，齒便漱濯，緣以漸堅密，蠹病自己。」這段文字可以說詳細記載飲茶之於口腔保健之功效，而以近代科學證明，兩者確實皆有依據。又相關文字於明代錢椿年所撰「

茶譜」中稱：「茶能堅齒已蠹」，從最近科學試驗驗證，茶能「堅齒」與其含氟化物可增強牙釉質硬度和加強抗酸力互為關連，而茶能「已蠹」則與茶多元酚類具有強烈殺菌作用互為相關，綜合古代文字記載與近代科學證明，茶之於預防蛀牙和口腔保健功效，主要可透過兩種機制：①茶氟化物對增強牙釉質硬度和加強牙抗酸能力之功效②茶中茶多元酚類對口腔致齲菌的殺菌作用和預防齒垢生成之能力。

從近代科學證實茶之於預防蛀牙與口腔保健確實具有明確功效，因此近年來日本與中國大陸已研發出一種含茶萃取物的「茶牙膏」公開上市，另利用茶之抗菌能力，研發口腔殺菌除臭的漱口水，目前日本亦有相關產品上市，這種天然漱口水據伊藤園中央研究所表示，未來有可能與李斯德林漱口藥水相抗衡。



青草集



320元

介紹：金線蓮、八角蓮、蘆薈、
靈芝、七層塔、決明子等
60餘種青草植物

豐年社

台北市溫州街14號
服務電話 (02) 3628148
郵政劃撥0005930-0豐年社
每次郵購另收掛號郵資45元

中國民間傳奇故事

- 自刊登於豐年半月刊上的“注音故事”中精選編輯而成。
- 中格注音，字大，適合小孩閱讀。
- 附有插圖，25開。
- 題材新鮮，坊間少見，全家大小皆可讀。

一套6冊(約200篇傳奇事)

定價840元 (每次郵購另加掛號郵資45元)



豐年社

台北市溫州街14號
電話：(02)3628148 郵政劃撥：0005930-0豐年社