

特集

目指せ！磨き残しゼロ！！ (清掃補助グッズ編)

歯ブラシは歯の表面の汚れを取るのに適していますが、歯と歯の間や、歯と歯茎の間には毛先が届きにくく、きれいに汚れを落とすことはできません。前回の新聞ではフロスについて色々ご紹介しましたので、今回はそれ以外の清掃補助グッズについてご紹介したいと思います。

歯と歯の間のお掃除に「歯間ブラシ」

歯と歯の間は歯間ブラシで汚れを落としていくことが必要で、歯ブラシと併用することにより、プラークを90%以上も除去することが可能です。サイズも豊富にありますのでご自身に合ったものを選んでもらうとよいでしょう。

※歯間ブラシは使い捨てではないため、きれいに洗って何度か使うことができます。ワイヤー部分が折れてきたり、毛が乱れてきたら交換しましょう。



【当院取扱い商品】

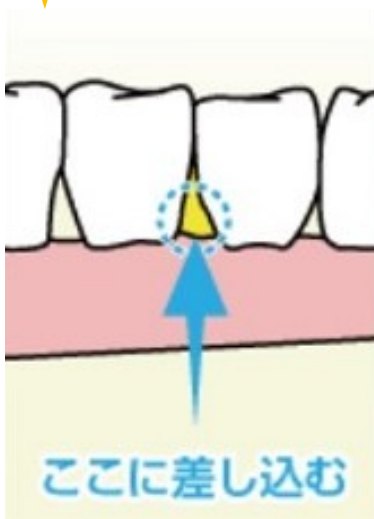
DENT.EX (ライオン)

¥520 (4本入)

✓ 歯間ブラシを使う際にはココに注意しましょう

- ・歯と歯のすき間に合ったサイズを選びましょう。
- ・歯と歯の間にスッと抵抗なく挿入でき、動かすときにきついと感じない程度の大きさを選びましょう。
- ・はじめて使用する場合、小さいサイズから試みましょう。小さいサイズでも入らない場合はデンタルフロスで清掃しましょう。
- ・歯によってすき間の広さが異なる場合、数種類の歯間ブラシを使いましょう。
- ・歯肉炎のある部位は、軽い刺激でも出血しやすくなっています。
- ・プラークを除去することで歯肉の炎症が改善されます。炎症が改善すると歯肉が引き締まり、出血もなくなります。すき間が広がる場合があります。
- ・強引に動かすとブラシやワイヤーで歯や歯肉を傷つける恐れがあるので注意しましょう。
- ・使い方がわからない場合は、歯科医師や歯科衛生士に相談しましょう。

✓ こんな所のお掃除にオススメ！！



歯と歯の間隙



一番奥の外側



歯並びが乱れている所



ブリッジの下の部分



歯が抜けている所

□ 奥歯や歯並びの悪いところには「タフトブラシ」

タフトブラシは、毛束が1つのヘッドの小さな歯ブラシです。

普通の歯ブラシでは毛先が届きにくいところの清掃に適しており、歯ブラシでみがいた後、タフトブラシでの清掃を追加することで、磨き残しやすい「歯と歯の間」や「歯と歯肉の境目」のプラーク（歯垢）を効率よく除去することができます。



【当院取扱い商品】⇒
ブラウト（オーラルケア）
1本 ¥300

✓ こんな所のお掃除にオススメ！！



★ 歯並びが悪いところ



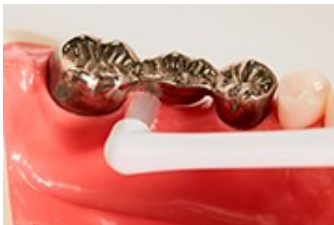
★ 奥歯の奥



★ 矯正装置の周り



★ 前歯の裏



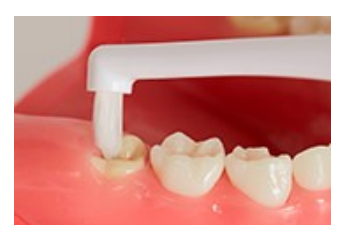
★ 被せ物の周り



★ 抜けた歯の周り



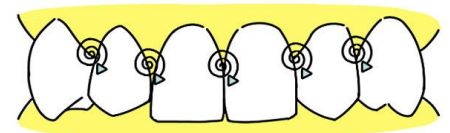
★ 背の低い親知らず



★ 生えかわり期の
萌出途中の歯

✓ 磨き方のコツ！！

円を描くように細かくクルクル回転。ゴシゴシこすらないことがポイントです。細かくクルクル動かすと、毛先に振動がおき、粉碎されたプラークが毛と毛の細かな隙間を通して毛束の奥へと上がっていきます。まるで植物が根から水分を吸い上げるよう。この“毛細管現象”こそ、ワンタフトブラシが汚れを落とすメカニズムなのです。



理事長コラム (32)

英会話再挑戦！

私は今、74歳。これまでの人生は医学部口腔外科教授時代をピークとして、所期の目標以上であったと満足しています。ただ、唯一と言える心残りは英語を流暢に話せるまで至らなかったことです。国際学会での発表も計18回、そのために英語の個人レッスンを受けた時期もありましたが、外国人研究者と英語で丁々発止と議論を戦わせることは遂に出来ませんでした。

教授定年になって、もう縁切れかと思った英会話でしたが、この6月に日本オストミー協会本部の業務執行理事に指名され、国際部担当となりました。そして来年11月のインドでのカンファレンスでの代表者会議に参加し、かつ口演する予定となりました。「押し取り刀」、「付け焼き刃」の言葉もよぎりますが、「(再) 挑戦は何歳になっても遅いことはない」を信じ、多角的かつ多面的にchallengeしたいと念じています。