

# 知らなきや損する 歯のはなし

羽生市木村歯科医院HPにて  
バックナンバー掲載中!!



## ⑤3ホームケアについて(1)

木村 匡司

昔の歯科医院では歯磨き

に使う歯ブラシについて、「血が出てもし生懸命磨くと歯茎が強くなり

いずれ血が出なくなるので、歯ブラシはだんだん

硬い歯ブラシにした方が

良い」などと指導して

きました。しかし、現在では血が出ない力で柔らか

いブラシを使い長く磨く

という指導に変わって

きています。弱い力とい

うのは、まぶたを抑えられ

るぐらいの力ですので相

当弱い力となります。磨

き方は個人個人の歯茎の

状態によりますので、歯

科衛生士さんか

らあなたに合った指導を受けて

ください。

また、歯ブラ

シも歯科医院で

新製品が出るた

びに勧められる

ものが変わって

しまうと、一体

どれが自分に合うものな

のか悩んでしまっ

しょう。

そういった事がないよ

うに当院では歯ブラ

シは

成人用では1種類しか置

いてありません。あれ

れ種類を選んでもらうの

でなく、私もスタッフも

これが一番良いというも

のを選んで使っていた

んに勧めるために健康講

座を行っております。ホ

ームケアも重要だからこ

そ歯ブラシや歯磨きにも

こだわっているのです。

先日第17回を迎えた健康

講座ですが、選んだ歯科

医院の方針を聞く事がで

きる良い機会だと好評で

います。この歯

ブラシは市販され

ていないものなの

で定期検査のた

びに家族の分まで購

入していく方が大

半です。

さらに私達はよ

健康講座の他にも日曜相

談・電話相談・歯の力ウ

ンセリングも受付けてお

ります。ご予約の上、お

気軽にお越しください。

また、ホームケアグッズ

については次回以降も続

きます。

0120・2

55・418



どれが本当に  
おすすめのなの?

