

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!!



⑤4ホームケアについて(2)

木村 匡司

初めまして木村歯科医
院の歯科衛生士の早川で
す。当院でおすすめて
いる歯ブラシは、4種類
の細くとがった毛先の物
を手作りで植毛して作っ
ているものです。歯ブラ
シの中では毛先が一番細
かい歯ブラシです。歯と
歯肉の隙間の奥まで毛先
が入り込み、プラーク
(歯垢)をかきだす事が
できます。また、毛先は



歯科衛生士

細かいだけでなくしなや
かなやわらかさも特徴
で、歯磨きをしながらの
歯肉マッサージ効果も期
待できます。

歯ブラシの先端が鉛筆
のようにとがっているも
のがあります。狭い隙間
にも入り込み、汚れやプ
ラーク(歯垢)をかき出
し絡め取ってきれいにし
てくれます。生え始めの
歯や親知らずがある方、
歯並びが悪い方や矯正治
療中の方、嘔吐反射で歯
ブラシを奥まで入れられ
ない方などにもおすす
め

歯ブラシを交換する時
期は、毛先が開いてしま
った時だけではありませ
ん。そもそも毛先がすぐ
開く方は歯を磨く時に力
の入れ過ぎなのです。歯
ブラシは毛先が開かなか
るためにも、1か月から2

か月で交換するのをお勧
めしています。次に、歯磨き剤につ
いては、歯磨き剤につ
いては、歯磨き剤もあ
り、2つのものを交互に
使うとさらに効果があ
ります。次回もホーム
ケアグッズの続きです。
院長の健康講座も随時受
付中。☎0120・25
5・418

歯ブラシの先端が鉛筆
のようにとがっているも
のがあります。狭い隙間
にも入り込み、汚れやプ
ラーク(歯垢)をかき出
し絡め取ってきれいにし
てくれます。生え始めの
歯や親知らずがある方、
歯並びが悪い方や矯正治
療中の方、嘔吐反射で歯
ブラシを奥まで入れられ
ない方などにもおすす
め

歯ブラシを交換する時
期は、毛先が開いてしま
った時だけではありませ
ん。そもそも毛先がすぐ
開く方は歯を磨く時に力
の入れ過ぎなのです。歯
ブラシは毛先が開かなか
るためにも、1か月から2

か月で交換するのをお勧
めしています。次に、歯磨き剤につ
いては、歯磨き剤もあ
り、2つのものを交互に
使うとさらに効果があ
ります。次回もホーム
ケアグッズの続きです。
院長の健康講座も随時受
付中。☎0120・25
5・418

や歯肉も傷つけません。
また、歯周病菌を殺菌す
る効果のある「クロルヘ
キシジン」が入ってお
り、フッ素やキシリトール
も入っているので歯の
表面を強化し、お口の中
の環境を整えてくれま
す。さらに、歯を構成す
る成分アパタイトの入っ
ている歯磨き剤もありま
す。2つのものを交互に
使うとさらに効果があ
ります。次回もホーム
ケアグッズの続きです。
院長の健康講座も随時受
付中。☎0120・25
5・418

歯ブラシの毛先が広が
るのは磨く時に入力を入
れ過ぎです。



口の中の菌を減らすため
にも1~2か月で歯ブラ
シを交換するのがお勧め
です。



鉛筆のように先が
とがった歯ブラシ
もあります。

