

かわむらばん

No. 110 2018. 6. 8 発行

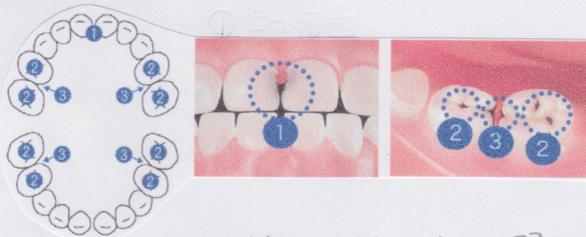


今年、梅雨入りが早く おしおしとした日が続いています。お変わりはありませんか。6月の4日から1週間は、歯の衛生週間になります。この機会に、ご自身や身近な方の歯のお手入れ法を見直してみるのも良いですね。お子さんと、大人の方では、同じおし歯ケアでも気を付けるべきポイントが違います。おし歯と歯周病から歯を守ることは、全身の健康を守ることに繋がります。元気で長生きしていただくために、お口のケアを続けましょうね。



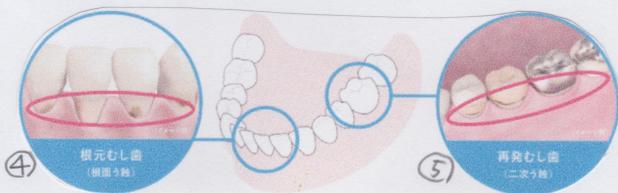
お子さんのおし歯が できやすい 場所は、ココ!

正しい ブラシの使い方・ワンポイント レッスン



- ① 上の前歯の歯と歯の間
- ② 奥歯の溝の部分 ③ 奥歯の歯と歯の間

大人のおし歯って、何? どこにできるの?



- ④ はくきがFがって露出した根元にプラークが付着することで生じる「根元おし歯」
- ⑤ 歯の詰め物などと歯の間にすき間ができ、そこにプラークがたまることで生じる「再発おし歯」

①~⑤のどのおし歯にも「フッ素」が有効です。当院ではフッ素入り

お歯磨き粉や 洗口液を用意しております。ご相談下さい。



はブラシは、えんぴつを持つように握り、毛先がなだらかな力でもやさしくみかきます。



奥歯のかみ合わせ面は、はブラシを小さく動かして一本ずつ しっかりとみかきます。



はくきが健康な方は、はブラシを 直角に当てます。歯周病が心配な方は、45度の角度で当てるのがおススメ。



奥歯のうら側は、ブラシを歯に対して傾けた角度に入れ、前後に小さく動かす。利き手側の奥歯のうら側の みかき 忘れしに注意しましょう。



前歯のうら側は 歯石が付きやすいので はブラシを立てて

ブラシの角の部分でみかきます。

