



たるみ歯科通信

2020年5月号 No.113

こんにちは！たるみ歯科クリニック歯科衛生士の木下です。
コロナウイルスの蔓延で不安な日々が続いていますが、不要不急の外出は控え、手洗いうがいもしっかり行ない、みんなで乗り越えましょう！

さて、当院でも新人歯科衛生士2名が加わって1ヶ月が経ちました！
頑張っている彼女たちを見て、私もより一層頑張ろう！と思える日々です😊

今月の通信では、「**歯と歯の間（歯間）の清掃法**」についてお伝えします♪

歯間にフラークがたまるとどうなるの？

歯間に歯ブラシで取り切れないプラークが残ったままになると、そこに **ムシ歯** ができてしまいます。それだけでなく、周りの歯ぐきが炎症を起こして、**歯周病** も進行してしまいます。

ムシ歯と歯周病、その両方の予防のために、**歯間部をしっかりと清掃することはとても重要**です。



どんな道具を使うの？

歯間をしっかりと磨いてプラークを落とすには、歯ブラシだけでなく **歯間ブラシ** や **デンタルフロス** も一緒に使用すると効果的です。

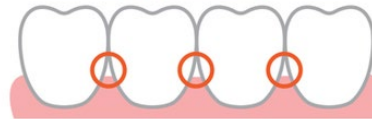


歯間ブラシ

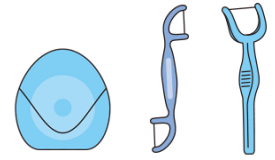


- ★ サイズが豊富にあるので、自分に合ったものを使用する。
- ★ **歯と歯の間** を清掃することができる。

歯間ブラシ

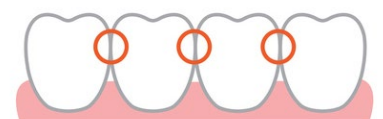


デンタルフロス



- ★ 自分で切って使うタイプと、柄（ホルダー）がついているタイプがある。
- ★ **歯と歯の接しているところ** を清掃することができる。

デンタルフロス



どちらも特徴があり、清掃できる部位が異なります。
自分のお口に合った道具を使用するようにしましょう。
分からないことがあったら健診のときなどに、
私たちにお気軽に聞いて下さいね！

