

# たるみ歯科通信

2021年9月号 No.129

こんにちは、歯科衛生士の花島です。  
オリンピックも高校野球も終わりましたが、まだまだ暑い日が続き、  
コロナだけでなく熱中症にも気をつけないといけない日々です。  
しっかり対策をとりながらこのしんどい時期を乗り越えましょう！！

さて今回の通信は「**ステイン（歯の着色）**」についてお話しします。

## ☆ ステインとは ☆

「ステイン」とは下の写真のように歯についた色のことをいいます。  
歯に色がつく原因として、着色しやすい飲食物や医薬品の摂取、  
歯の表面構造の状態、お口の中の環境（口呼吸による乾燥など）  
が挙げられます。



ステインがつきやすい食品



## ☆ ステインがつかないようにする方法 ☆



### ① 歯磨きをしっかりとる！

歯ブラシがしっかりあたらないければステインがついてしまいます。  
気になるところは特にしっかりと磨きましょう。

### ② ホームケアグッズを利用する！

当院おすすめの美白歯磨き粉「**ルシェロホワイト**」は、歯にステインが  
付くのを予防し、付着したステインも除去します。コーヒーなどの  
着色だけでなくタバコのヤニの除去にも効果があります！

## ★ ルシェロホワイトの効果 ★

- ① 弱アルカリ性で着色などの汚れを浮かす。
- ② 歯よりも柔らかい粒子で汚れを落とすため  
歯に優しい。
- ③ タバコのヤニを溶かす薬用成分も配合。
- ④ フッ素入りなのでムシ歯予防にも効果的。



お口の中の環境や歯の状態によっては  
ステインがつきやすい場合があります。  
ステインが気になる方はスタッフまで遠慮なくご相談ください。

## 9月の予定

・研修会参加のため **4日（土曜）の午後** は **休診** といたします。

