

まき歯科新聞

第35号

〈毎月第3火曜日〉



小さな楽しみは☆

いよいよ本格的な梅雨となりました。朝から雨が降っている、母としては『洗濯物があゝ。』と意気消沈してしましますが、娘たちはそうでもないよう。

お気に入りの傘（流行のアナ雪に長靴（長女は年長にして既に20cm超え）と雨の日を楽しんでいます☆もちろん保育園に行く前に長靴はすでに泥んこになっておりますが(；_；)6月はちよつと保育園や幼稚園

学校などで歯科検診がある時期なのですが、よく聞かれる質問に『歯みがきこは使った方がよいですか？』というものがあります。私は基本的には『どっちでもOK』派です。というのも、歯みがきの本来の目的は、食べかすなどの汚れをおこし、お口の中の細菌数を減らすことにありますから、しっかりと歯ブラシなどで目的が果たせれば、絶対に必要なのではないといえます。しかし最近の歯みがき剤はかなり進化しており、目的に応じて使い分ければ+αの効果も期待できます☆

▼むし歯予防をしたい時：代表的なものは歯の質を強くするフッ素、その他にも歯垢を分解する酵素や、歯の再石灰化を促すリカルドントなどが配合されているものがあります。

▼歯周病を予防・改善したい時：歯周病菌の働きをおさえる成分や、歯ぐきの血行をよくするビタミン、抗

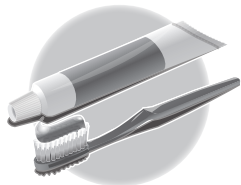
炎症作用のある成分や生薬などが配合されているものがあります。

▼知覚過敏が気になる時：知覚を鈍くする作用のある成分や、歯の外側の刺激を内側に伝える役目をする象牙細管という小さな管を、封鎖する作用のある成分を含むものがあり、繰り返し使うことで知覚過敏をおさえられます。

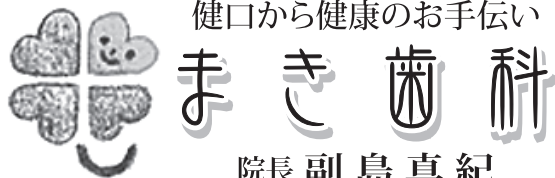
▼入れ歯をきれいにしたい時：天然の歯を磨くための歯みがき剤には研磨剤が配合されていて、これによって入れ歯に目に見えない細かい傷がつき、細菌や汚れが付きやすくなってしまうことがあります。入れ歯専用の歯みがき剤が、台所の中性洗剤などを使うのがおすすめです。ポリデントなどは、そのまま入れ歯を入れるのではなく、汚れをブラシでしっかりと落としてから取りきれない汚れをきれいにするために使うのがポイントです。

お子さんの場合は『味』も楽しみの一つかもしれません☆

雨の日のお気に入りの傘や長靴のように、毎日の歯みがきにも小さな楽しみがあるとういえますね！



健口から健康のお手伝い



院長 副島真紀

診療時間

月～金曜 10:00～12:30/14:00～20:00
土・祝日 10:00～14:00

診療科目

歯科・小児歯科・口腔外科・矯正歯科

※訪問診療も行っております。

島原市上新丁 1-4158-1 あんしんハウス島原 1F TEL.64-5077