

# フレッシュ通信



Vo7 早春号



フレッシュ歯科  
院長 田中慎亮  
TEL087-814-4181  
高松市林町1183番  
新鮮市場きむら林店敷地内

桜の花が舞い、卒業・入学や進学、就職等、生活にも変化が訪れる時期になりました。

なんだかワクワクしますね！

フレッシュ歯科でも、皆さんの新年度のスタートをサポートできるよう、さらに成長していきますのでどうぞよろしくお願い致します。



## そもそもの歯なし



### 第5回 補助清掃用具とは？

普段、皆さんはお口の中の清掃をする時は基本的に歯ブラシのみで行う方が多いのではないのでしょうか？しかし、お口の中は歯を含めて形状が非常に複雑なので、歯ブラシだけでは清掃できない部分があります。

とくに、歯と歯の間（歯間）や舌の上の清掃が不完全になりやすいものです。

そういった歯ブラシでは落としきれない所の汚れを落とすことのできる、様々な便利アイテムを『補助清掃用具』と言います。

今回はその中でも代表的な、3種類の清掃用具について紹介したいと思います。



**デンタルフロス**・・・細いナイロン糸を束ねた物で歯と歯の隙間が狭い部分の汚れを取るもの。お口の中に詰め物や被せ物が多い人にオススメ!!

#### 1. ホルダー型



- ・持ち手がついていてフロス初心者でも使いやすい。
- ・糸巻き型に比べるとコストがかかる。

#### 2. 糸巻き型



- ・ひとつで沢山の量が入っているのでコスト的にお得。
- ・慣れていないと少し使いにくい。

**歯間ブラシ**・・・主にナイロンなどをワイヤーで固定した小さなブラシで、歯と歯の隙間が広い部分にオススメ!!

#### 1. ストレート型



- ・前歯を掃除するときに使いやすい。
- ・ワイヤーを曲げると色々な角度に自由に曲げられる。

#### 2. L字型



- ・奥歯を掃除するときに使いやすい。
- ・初心者の方にオススメ。

**ワンタフトブラシ**・・・名前が示すとおりone（ひとつの）tuft（毛束）のブラシです。細かく磨きにくい部分を磨くときにオススメ!!



- ・歯並びの悪いところ
- ・生え始めの歯や親知らず
- ・歯肉縁上のプラーク除去
- ・矯正装置の周辺清掃
- ・インプラント
- ・嘔吐反射が強く歯ブラシを奥歯まで入れられない人

この他にも、舌ブラシやウォーターピック、電動歯ブラシなど、様々な補助清掃用具があります。

健康なお口を保つにはご自身でのホームケアと歯科医師・歯科衛生士によるプロフェッショナルケアの二人三脚で初めて成り立つと言えます。

今日から歯ブラシの他に補助清掃用具をプラスしてみてもいいでしょうか？

