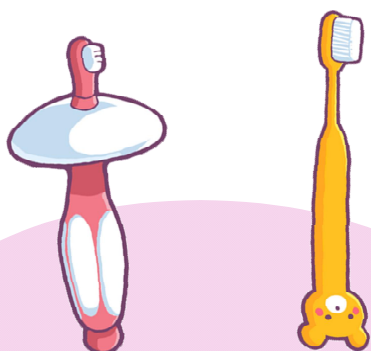


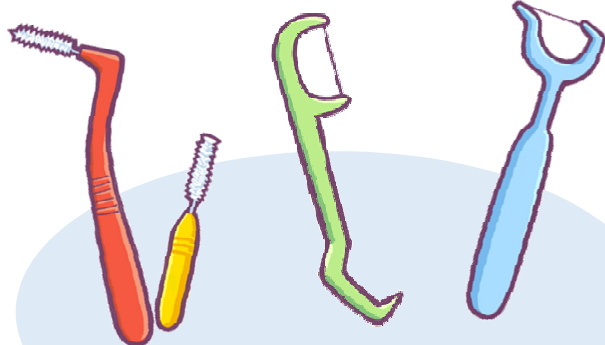
歯のお掃除をしてくれる道具たち

前歯用

奥歯用



赤ちゃん・こども用
歯ブラシ



歯間ブラシ・糸ようじ

ポイント磨き用
歯ブラシ



歯ブラシ

入れ歯用
歯ブラシ

スポンジブラシ

舌ブラシ



フッ素入り
歯みがき剤

デンタルフロス

デンタルリンス




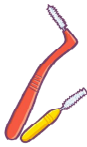


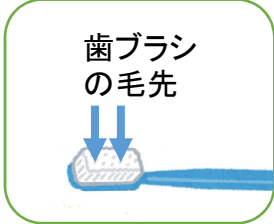
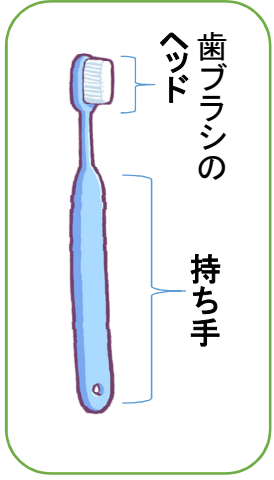
徳島県口腔保健支援センター
(徳島県健康増進課内)
TEL 088-621-2736

歯ブラシソムリエが教える歯ブラシの選び方!



まずは、歯ブラシの持ち手はまっすぐのもの、毛先もまっすぐで、長すぎないものを選びましょう。

	歯並びが悪い方	むし歯でお悩みの方	歯肉炎や歯周病でお悩みの方
歯ブラシの毛の硬さ	ふつう	ふつう	やわらかめ
歯ブラシの形態	ヘッドは小さい	ヘッドは小さい	ヘッドは小さく、毛先は細め
その他	ポイント磨き用歯ブラシも併用すると効果大 	デンタルフロスを併用すると効果大 	歯間ブラシを併用すると効果大 



身体に麻痺がある方
みがく力が弱い方や強すぎる方
歯みがきが苦手な方

電動歯ブラシ

・電動歯ブラシ

ヘッドのブラシを回転、振動などでプラークを除去。

・音波式歯ブラシ

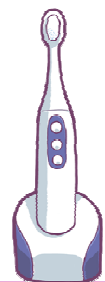
(高速電動歯ブラシ) 高速で微細な振動の力で、プラークを除去。

・超音波歯ブラシ

超音波が発生し、プラークを除去。しかし、歯ブラシ同様手で動かして磨く。

電動歯ブラシの注意点

- ・ペースメーカーなどをお使いの方は主治医の先生にまずにご相談下さい。
- ・手磨きのようにゴシゴシあてず、短時間歯にあてるだけ。
- ・歯磨き粉は専用のもので、研磨剤が入っていないもの。
- ・適切なブラシのあて方を確認するのは、歯科医師や歯科衛生士にご相談下さい。



徳島県口腔保健支援センター
(徳島県健康増進課内)
TEL 088-621-2736