

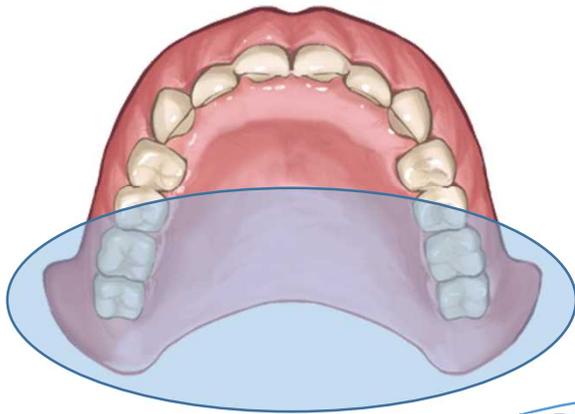
正しい入れ歯のお手入れで、からだも元気！

奥歯が1本抜けるとかむ力は半分になってしまうといわれます。しっかりかみ、食事をするには、歯が抜けた後を補う入れ歯等を活用し、残りの歯を守っていくことが大切です。

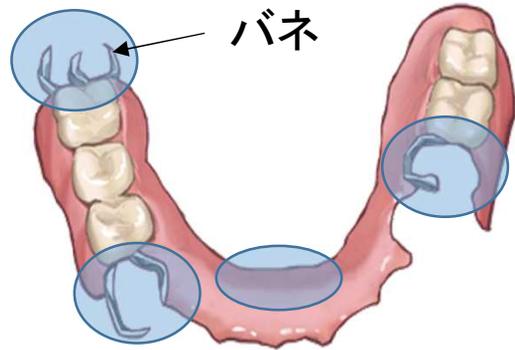
入れ歯にむし歯の心配はありませんが、歯の汚れ(細菌のかたまり)や歯石、茶しぶ、たばこのヤニ、食べかすなどは付着します。

口の中の汚れが残ったままだと、**口の健康だけではなく、全身の健康にも影響を及ぼします。**

上の入れ歯



下の入れ歯



● このしるしのところが、お手入れを忘れがちです

お手入れのポイント

- ★ 落として入れ歯が流れたり、壊れたりするのを防ぐため水を張った洗面器の上などで洗います。
- ★ 一般の歯みがき剤は、入れ歯を傷つけてしまうものがあるため、何もつけず洗ってください。
- ★ 熱いお湯は変形の原因になるため、使わないでください。

徳島県口腔保健支援センター
(徳島県健康寿命推進課内)
TEL 088-621-2220

