



教えてくれた先生
歯科さめじま
鮫島佳子 院長

東戸塚出身。口のトラブルから最新の予防歯科にいたるまで最善の歯科医療を提供。地元で密着した歯科だからこそ、多くの人に長年愛されている。

【第32回】歯医者さん

ハミガキコ

さめじま先生から一言

歯磨剤の選び方次第でその人の歯や健康への意識がわかります。日本人は治療費の自己負担が少ないため、海外の先進国と比べ、自身の体への関心が低いと言われています。たとえば、銀歯は多くの先進国では認められていません。様々な不定愁訴の原因となることがわかっているからです。オリンピックで多くの外国人が訪れる前に、少しでも海外に通用する歯にしておきたいものです。

質問に答えて自分に合った歯磨剤を見つけよう!

「はい」の時は → YES 「いいえ」の時は → NO で質問に答えていてね!



A クレインプロ

フッ素とカルシウム、リンがひとつになり、それぞれが歯の再石灰化効果で歯を強くし、むし歯の予防効果が高くなり、むし歯リスクを減らします!



B リペリオ

歯ぐきが腫れているところに直接マッサージしてあげるとキュッとしまり、薬用成分でお口の中の菌を殺菌します!



C SP-Tジェル

研磨剤は入っていないので、歯肉のマッサージにも使えてフッ素も入っているので、むし歯予防を歯周病予防に効果的です。出血しやすい人などにオススメです!



オフィス、またはホームホワイトニングされている方にオススメです!

D リナメル

トリートメント成分により、歯の表面に付いた傷を修復して、ツヤのある歯色のつぎつぎ歯になります。院内でトリートメントコースを受けている方は効果を持続させるためにオススメです!



が教える正しい知識!

の選び方

歯磨剤選びちゃんと考えていますか? 今回は、多くの人があまり意識できていない、歯磨剤について、衛生士さんにお話を聞きました。



自分に合ったものを

ハミガキコ、正確には 歯磨剤 (しまじい) といいますが、これは自分に合ったものを選ぶ必要があります。化粧品を選ぶときは、特に女性は自分の肌に合わせて慎重に選びます。でも、歯磨剤はそこまで考えずに買ってしまう人が多いのではないのでしょうか? 左の表にあるように、むし歯や歯周病、歯を白くしたいなど、目的によって選択肢が分かります。

歯周ポケットが深いひと

歯周ポケットとは、歯と歯茎の隙間のことです。歯周病が進行すると隙間が深くなり、ここに汚れがたまり、歯が繁殖します。そういう人が「粒々いり」の歯磨剤を使うと、一見よく磨けそうですが、歯周ポケットに粒々が入り込み、ひどい場合は治療の際に黒くなった粒がたくさん出てくることもあります。それは歯の温床となっていますので、歯周病の人は粒入りの歯磨剤の使用は避けたほうが良いと言えます。



さめじま先生

Stylistic Dental Care

歯の健康について大切なことをさめじま先生が毎回分かりやすく解説。一生つき合っていく「歯」のことをしっかり考えてみよう!

※プロケード偶数月号掲載

歯科さめじま

☎045-823-4181

① 戸塚区品濃町563
ネオポリストキョウV2F
東戸塚駅徒歩8分
駐車場あり

② 9:30~18:30(昼休憩無)

土曜は17:00迄

③ 日曜、祝日



【MAP 東-D-1】

※HPも是非ご覧下さい。
<http://samejimahdc.jp>

インプラントとフッ素

むし歯の予防になるため、多くの歯磨剤に含まれるフッ素ですが、インプラントの人は要注意です。人工歯根に使われているチタンは、フッ素と反応すると溶解し錆びてしまいます。そこに歯が入り込むと、歯周病のような状態になります。インプラントの周りで歯が繁殖して起きる「インプラント周囲炎」は手術が必要なため、費用も体力も使います。インプラントの人はなるべく成分表を見て、フッ素が入っていないものを選んでほうが良いです。※日本口腔衛生学会の指針では、日本国内で発売されている歯磨剤のフッ素濃度では、問題ないと言われています。

その他の歯磨剤を3つご紹介

コンクール ジェル

フッ素が入っていて、ジェルタイプなので歯間ブラシにつながらず、細かいところに殺菌成分が行き届きます。



子どもにはこちら!

当医院では3タイプをおすすめしています。【キヤナリーナ100】うがいはまだ苦手なお子さんに【check 500】フッ素入りバナナ味。味付き。【ピカキス】歯科で歯強い、むし歯さんがいると言われた人フッ素ではなく、ミネラルで歯に不足している成分を補うタイプ【check up 950】レモンティー グレープ



ORALPEACE(オーパニック系)

自然派にこだわる人へ。ダメージが少なく、天然由来を主成分として、乳幼児～お年寄りまで使用可能。万一飲み込んで、胃腸で消化される成分。タイプによっては口腔内乾燥の保湿ジェルとしても使用可能で、口の中のマッサーにも適している。【スタッフから一言】「オーラルピース」の味は梅ミント味で、やさしくケアできる感じがす! ついつい磨きすぎな人にもオススメです。美容に興味がある方にも!



E ポリリンWX

生体の中にもある、ポリリン酸が歯と汚れの間にマイナスイオンをまわす、汚れのつきづらいう歯になります。使用後のツルツル感が気持ちいいです。

