

健口ニュース

そめじ歯科医院
089-935-5556

2015年 秋号

歯ブラシは定期的に交換しましょう。

歯ブラシ選びの参考にして下さい。

ヘッドは“小さめ”

お口の中はとても複雑な構造です。ヘッドは小さめのものを選びましょう。目安としては、前歯2本分程度の長さです。

毛先の形は“まっすぐなもの”

ギザギザカット(山切りカット)など特殊な形のは、使いこなすのが難しく、磨き残しができやすくなります。毛先はまっすぐの方が、口の中のあらゆる部分が磨きやすくなります。

毛の硬さは“ふつう”

毛が硬すぎると、歯や歯ぐきを傷つけ、柔らかすぎるとプラークをしっかりと落とせないので、硬さは“ふつう”がお勧めです。ただし、歯周病が進行している場合は“やわらかめ”が適している場合もあります。

ブラシ柄は“ストレート”

カーブがあると、上の奥歯が磨きにくくなります。シンプルなストレートのものが持ちやすく細かく磨きやすいのでおすすめです。

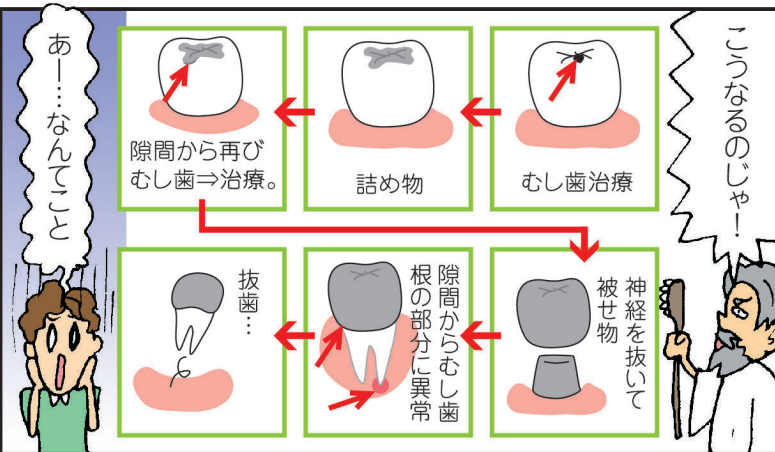
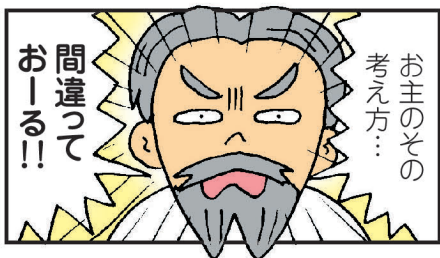
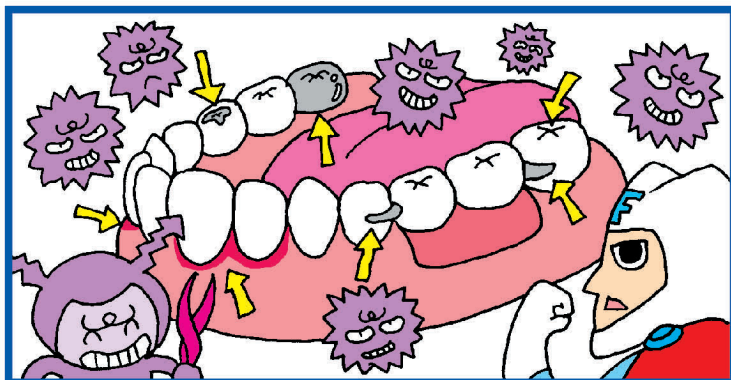
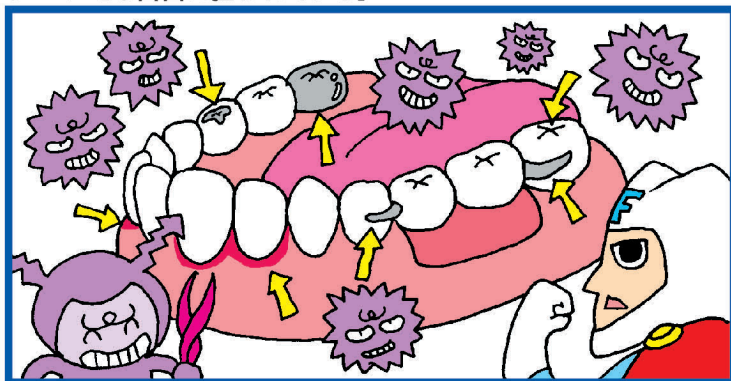
まちがいさがし

上と下の絵の中に7カ所違う所があります。探してみてください!



テーマ「むし菌に狙われている」

正解はこちらでチェック↑↑↑



歯あるある話