

外出していて 歯みがきできないときは…

外出中、歯みがきをしたいけどできない!そんな時、歯みがき程の効果はありませんが、次のような方法もあります。

ぶくぶくうがい

口の中の食べカスなどの汚れを取るのに効果的です。



指みがき

自分の指を使って歯をみがく方法です。



表面についた汚れを除去する事ができ歯ぐきのマッサージにもなります。また、ハミガキシートといったアイテムもあります。

マウスウォッシュ・スプレー

殺菌効果のあるものは、むし歯や歯周病の予防になります。歯みがき程の効果はありませんので、普段は補助的に使うようにしましょう。



ガム・タブレット

ガムを噛むと、唾液の量が増え、汚れを洗い流す作用や抗菌作用が働きます。ガムやタブレットを選ぶ際には、キシリトール100%の製品が良いでしょう。



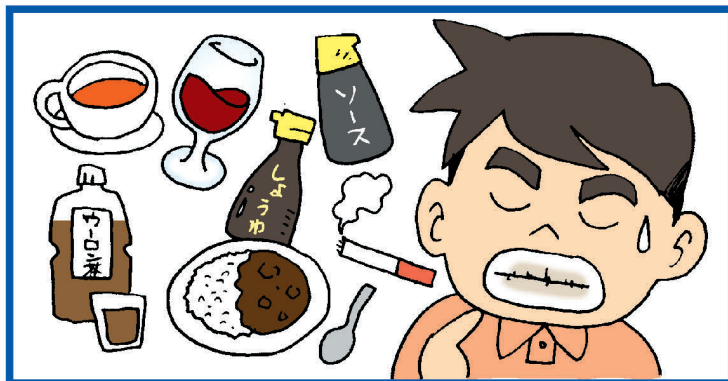
まちがいさがし

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「着色しやすい飲食物」

正解はこちらでチェック↑↑↑



歯

あるある話

もうすぐ結婚式
衣装を決めて
エステに行くて…

準備は
進んでる?

まあね…

ん?
お母さん
何か違う!

あら気づいた?
実はね、
歯のホワイト
ニングしたの

キラッ
キラッ

親戚とか…
色々な人に
会つてしよう

若く見られたいし…

写真に
笑った顔が
いっぱい
残るでしょう

え、ずるい!
自分ばっかり

ちがう
ちがう!

私が試して、
よかったら、
あなたに
勧めようと
思つて…

はい、これ。

えっ、お母さん…

ありがとう。

大切な思い出を残す前に、
ホワイトニングで歯も白く