

ホームホワイトニングで 手軽に歯を白く

歯の黄ばみやくすみ気になるけど、忙しくてなかなか歯医者に通うのが難しい、という人にオススメなのがホームホワイトニングです。

ホームホワイトニングは、歯科医院で型取りして作ったオーダーメイドのマウストレーにホワイトニングジェルを入れて装着するだけで歯を白くできる、という方法です。

ホームホワイトニングの特徴

- 毎日自分の好きなタイミングでできる
- 大体2週間～4週間くらいでご希望の白さに
- 刺激が少ない
- 自然な白さにできる
- 「後戻り」しても、ホワイトニングジェルを買い足すだけで、再度ホワイトニングできる



白い歯のメリット

「白い歯」でイメージするものとして、「清潔さ」「若々しさ」「爽やかさ」「健康的」というようなものが挙げられるでしょう。一方、黄色い歯や着色した歯からは「不潔っぽい」「口臭がしそう」「老けて見える」「不健康そう」というようなイメージを受けやすくなります。自分の歯というのは鏡で見るとき以外自分では見えませんが、他人は意外と見ているものです。口から覗く歯の印象というのはその人の顔の印象を左右するとも言っているくらい、実は重要な役割を担っています。笑顔から溢れる白い歯は、それだけで顔を若々しく、格段に魅力的に見せてくれるものです。

着色した歯だと…

「不潔っぽい」
「口臭がしそう」



「老けて見える」
「不健康そう」

歯が白いと イメージアップ

「清潔さ」
「若々しさ」



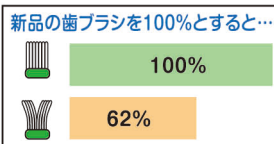
「爽やかさ」
「健康的」

歯の Q & A

Q 歯ブラシの交換時期はどのくらいですか?



A 歯ブラシの毛先が開いたり、毛先の弾力がなくなると歯垢をきれいに落とせません。歯ブラシは1ヶ月に1本を目安に交換しましょう。



歯ブラシ選びの参考にしてください。

ヘッドは小さめ

目安としては、前歯2本程度の長さです。

毛の硬さは“ふつう”

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。

毛先の形は“まっすぐなもの”

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。

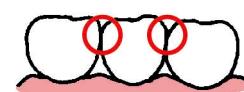
ブラシの柄は“ストレート”

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オススメです。

歯間ブラシやフロスを活用しよう

歯ブラシだけでは歯と歯の間の歯垢や食べかすが残ってしまいます。次のような部分には、歯間ブラシやフロスを活用しましょう。

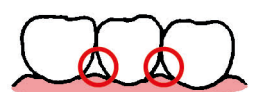
デンタルフロス



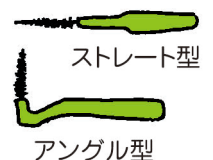
隙間が狭い部分に



歯間ブラシ



隙間が広い部分に



歯間ブラシやフロスの効果

