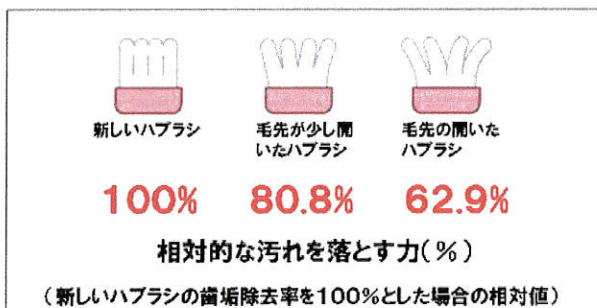


自分に合った 歯磨き粉を選ぼう！ あなたはどのタイプ？

症状	う蝕リスクが高い	歯周病リスクが高い (症状はない)	歯周病・ 歯肉の炎症・ 後退がみられる	着色が つきやすい	知覚過敏が ある
	症状が 治まったら…				
適した歯磨剤	 ジェルコートF	 ジェルコートF	 リペリオ	 クリーニングジェル 〈ソフト〉	 ジェルコートF リペリオ
アドバイス	歯を再石灰化して 強くし、 う蝕菌を 殺菌します。	歯周病菌を殺菌し プラークを つきにくくします。	歯肉を活性化して 引き締め ハリのある健康な 歯肉に導きます。	歯を傷めず 着色除去し、 自然な白い歯に 導きます。	ジェルコートFで 歯を再石灰化して 強くし、リペリオで しみやすい 表面の露出を 防ぎます。

その歯ブラシ大丈夫？

毛先の開いたハブラシと新しいハブラシとの汚れ落ちの違い



歯ブラシメーカーの調査によると、わずかな毛の開きでも、プラーク除去率は20%も減ってしまいます。どんなに頑張っても、これでは意味がありません！
使用期間にかかわらず、毛先がヘッドからハミ出していたら交換するようにしましょう。

*見た目はOKでも、清潔な状態を保つために1か月ごとの交換をお勧めしています。

JUN 歯科クリニック JUN インプラントセンター
TEL・FAX 087-813-2123 TEL 087-813-2331
〒760-0054
高松市常磐町 2丁目 8-10 Macrophage Bldg

サンポート歯科
TEL・FAX 087-851-5545
〒760-0011
高松市浜ノ町 63-2 Blue Box

乾いた食品が食べづらい・お口の中がネバネバする・口臭が気になる・入れ歯が擦れる・舌がヒリヒリする・・・こんな症状ありませんか？

その原因はお口の乾燥（ドライマウス）かもしれません。

今回はドライマウスでお悩みの方へ潤いを与える保湿剤をご紹介します。

コンクール マウスジェル

- ・乾いたお口を保湿するジェルタイプ
- ・高い保湿力のため粘膜になじみやすい



- ① ジェルを適量指先に取り、舌尖に乗せるように塗布する
- ② 乾燥が気になる部分からジェルを舌で塗り込む
- ③ 口腔内全体にいきわたらせるように舌を動かし、保湿する

コンクール マウスリンス

- ・乾いたお口を洗浄するリンスタイプ
- ・毎食後や就寝前、普段の洗口液の替わりに使えます



- ① リンスを適量コップに取る
- ② リンスを軽くブクブクしながら、左右の頬粘膜を潤す
- ③ 唇の裏側・歯ぐきにもいき渡らせるよう、うがいをする

毎日の食事や会話を快適にサポートします。

ご相談やご購入は当医院で承っておりますので、お気軽にお問い合わせください。

事務長 吉田恭子

コラム

花粉症対策に正しいマスク着用を！

3月は年度替わりの時期とされているため、卒業式や送別会が行われ、出会いと別れの時期ですね。

日本では旧暦3月を「弥生（やよい）」と呼び、草木がいよいよ生い茂る月「草木弥や生ひ月」が由来とされているそうです。


そして花粉の時期でもあります。

今すぐできる花粉症の対策として、マスクを正しくつけましょう。マスク着用のNG例として、鼻が隠れていない、あごが隠れていない、あごにひっかけている、頬にすき間があるなど、顔に合っていないサイズのマスクを着用しても効果が弱まります。また、マスクを2枚着用し、マスクの間にウェットティッシュを挟むのも効果があるようです。

かく言う私も花粉症です…ちょっとした工夫で、つらい時期を乗り越えましょう！

歯科衛生士 端山由香

マスク装着の悪い例



- 鼻がかくれていない
- あごが覆われていない
- あごに引っかかっている
- ほおとマスクの間にすきまができる

訪問診療(往診)行っています



- ・歯が痛い
- ・入れ歯が合わない
- ・グラグラしている歯がある
- ・ケアの仕方がわからない

こんな症状のある方は、一度ご相談ください
ご自宅・施設までお伺いして、歯の治療をいたします



詳しくはスタッフにお聞きください