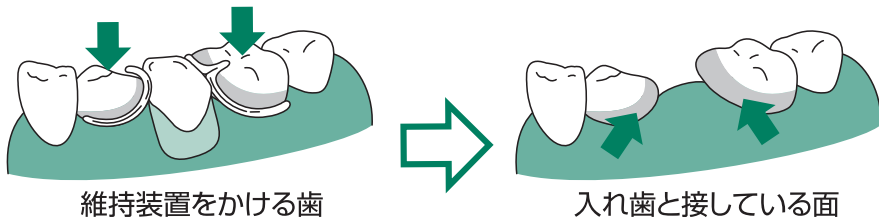
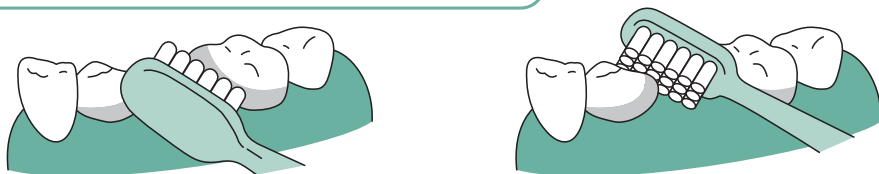


残っている歯と歯肉も大切にしましょう

維持装置をかける歯や入れ歯と接している面には、よごれがたまりやすくむし歯や歯周病になりやすいので、ていねいにみがきましょう。



維持装置をかける歯や孤立した歯のみがき方



歯ブラシを横から入れて小さく動かしてみがきましょう。

注意点

・粘膜や舌のよごれが気になる場合は柔らかい毛の歯ブラシで清掃しましょう。

こんな場合はすぐ歯科医院へ

- 入れ歯があたって歯肉が痛い。
- 入れ歯がはずれにくい、はずれやすい。
- 入れ歯が安定しない。
- 入れ歯がこわれた。



※お口の状態は年齢とともに変化します。入れ歯の具合が悪い場合、自分で調節せず、歯科医院でご相談ください。

※より快適に入れ歯を使用するために定期健診を受けましょう。

🦷 よい歯シリーズ

入れ歯(義歯)編

- 入れ歯の必要性
- 入れ歯の特徴と注意点
- 入れ歯清掃の必要性と方法
 - 入れ歯がよごれたままだと...
 - 毎食後にするお手入れ方法
 - 就寝前など1日1回は入れ歯洗浄剤で清掃しましょう
 - 残っている歯と歯肉も大切にしましょう
- こんな場合はすぐ歯科医院へ

LION

公益財団法人
ライオン歯科衛生研究所

お問い合わせ 本部 / 〒111-8644 東京都台東区蔵前1-3-28

TEL03-6739-9000 FAX03-6739-9757

ホームページ: <https://www.lion-dent-health.or.jp/>

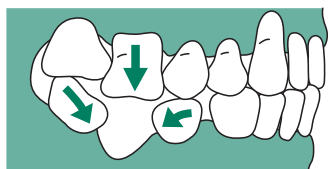


入れ歯……入れ歯で快適に過ごすには、普段のお手入れが大切です。

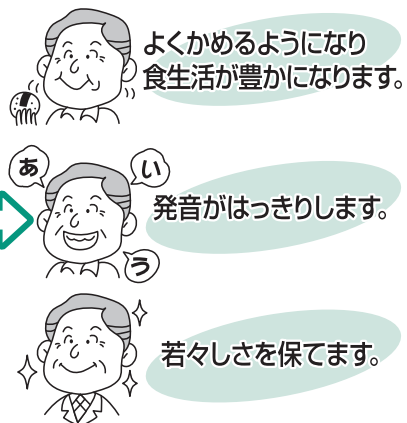
入れ歯の必要性

歯を抜けたままにしておく…

歯を抜けたままにしておく、かむ力が低下するばかりでなく、残りの歯に負担がかかり、歯が傾いたり、伸び出てきたりして、かみ合わせが悪くなってきます。



入れ歯を入れると



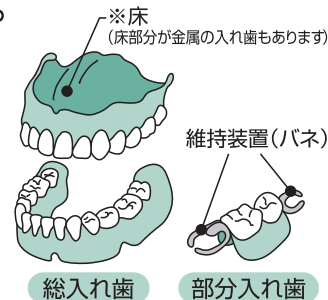
入れ歯の特徴と注意点

特徴

- 傷つきやすく、衝撃に弱いので壊れやすい。
- 主に合成樹脂でできているため、吸水性があり、よごれや細菌、臭いなどを吸着しやすい。
- 装着中は、自浄作用が働きにくく、粘膜と入れ歯のすき間や維持装置(バネ)に細菌が繁殖しやすい。

入れ歯で快適に過ごすための注意点

- 毎日のお手入れで清潔に保ちましょう。
- 落としたり強い力でこすったりしないように注意しましょう。
- 残っている歯と歯肉のお手入れをしましょう。
- かかりつけの歯科医院で定期健診を受けましょう。



入れ歯清掃の必要性と方法

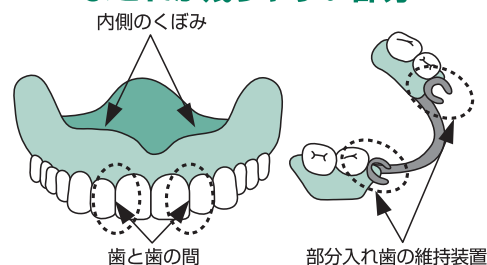
入れ歯にも歯と同じように食べかすやプラーク(歯垢)がつきます。毎日のお手入れで清潔を保つことが大切です。

入れ歯がよごれたままだと…

細菌やカビが繁殖しやすくなり、さまざまなトラブルの原因になります。

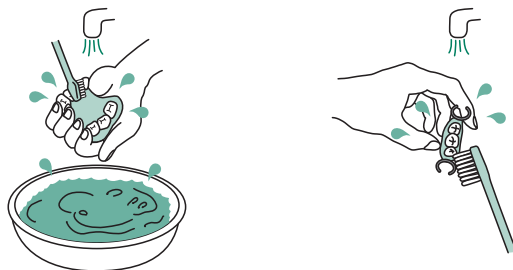
- 口臭が発生しやすくなります。
- 義歯性口内炎の原因になります。
- 入れ歯に色素沈着や歯石沈着がおこります。
- 部分入れ歯の場合、維持装置をかける歯がむし歯や歯周病になりやすくなります。

よごれが残しやすい部分



毎食後にするお手入れ方法

食後は入れ歯をはずして流水下で清掃しましょう。



手の平にのせて歯ブラシで清掃しましょう。維持装置を変形させないようにしましょう。

入れ歯みがきの注意点

- 小さな入れ歯でも必ずはずしてからみがきましょう。
- ゴシゴシと力を入れすぎないようにしましょう。
- 落として破損したり排水口に流さないように、水を張った洗面器などの上で清掃しましょう。

就寝前など1日1回は入れ歯洗浄剤で清掃しましょう

入れ歯洗浄剤を使用するとブラッシングだけでは落としきれないよごれや細菌をより効果的に除去することができます。

入れ歯洗浄剤の使用方法

- ① 歯ブラシを用いて入れ歯を流水下で清掃する。
- ② めるま湯に「入れ歯洗浄剤」を入れ、すぐに入れ歯を浸漬する。
 - ・ 浸漬時間は使用方法に従ってください。
 - ・ 熱湯は変形の原因になるため使用しないでください。
 - ・ 就寝時の入れ歯の装着については歯科医師の指示に従ってください。
- ③ 歯ブラシで、浮き上がったよごれと入れ歯洗浄剤を洗い流す。

