

# あさか外来通信

歯科医師が答えます！

## 歯科 Q&A ～歯ブラシ編～

H29.4 月号

毎日使っている「歯ブラシ」のこと、皆さんはどれくらい知っていますか？  
意外と知らない素朴な疑問に、歯科医師がお答えします！

Q

ドラッグストアで販売されている歯ブラシと  
歯医者さんで販売されている歯ブラシ、何が違うの？

A

歯ブラシを選ぶ時、見た目や値段だけで選んでいませんか？  
お口の中の悩みは一人ひとり違いますね。  
歯ブラシも“虫歯が多い人”と“歯周病が進行している人”  
では選ぶ「毛の太さ」や「硬さ」、「生え方」も変わってきます。



歯科で販売している歯ブラシは、患者様ごとの  
お口の中の環境に合った物を選ぶようになっています。

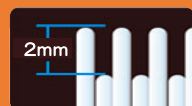
当院で取り扱っている「ruscello」「picella」の歯ブラシは、たくさんの種類  
の中から、ご自身のお口に合った物を選択することが出来ます。  
また、ブラシの部分や持ち手にも工夫が施してあるため、  
歯磨きが苦手な人でも汚れを落としやすい形状になっています。

### 先端 集中毛



先端に角度がついているので  
奥歯の奥や、歯と歯の間、デコボコ  
歯並びの場所にも当たりやすい。

### 段差植毛



長い毛が歯と歯の間を、短い毛が歯の  
表面の汚れをしっかりと落とします！



お悩み別オススメ歯ブラシ

ルシェロ ruscello / ビセラ picella!

### 虫歯予防



健康な歯肉～歯肉炎の方



10代・女性の  
健康な歯肉～歯肉炎の方

### 歯周病予防



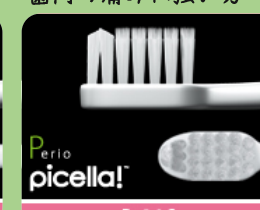
健康な歯肉～  
軽度歯周炎の方



中等度～重度歯周炎の方  
歯肉の痛みが強い方



大人の女性で  
歯肉炎～軽度歯周炎の方



大人の女性で歯周炎の方  
歯磨きで痛みがある方

Q

適切な歯ブラシの交換時期は？  
同じ歯ブラシをずっと使い続けるのはいけない？

A

歯ブラシは消耗品です。毎食後、1日3回使用している歯ブラシの  
寿命は“約1ヶ月”と言われています。また、1ヶ月経っていても、  
毛先が広がってきたら新しい物と交換するようにしましょ  
う！毛先が広がったり、弾力性の失われた歯ブラシでいくら丁寧に  
歯磨きをしていても、しっかり汚れを落とすことは出来ません。  
また、長く使っている歯ブラシには雑菌が繁殖しやすく、  
使い続けていると口臭の原因にもなります。



ご自身に合った歯ブラシを  
知りたい方は、歯科医師、  
衛生士にご相談下さい♪

過去の外来通信・医院についてはこちら

医療法人 寛友会  
浅賀歯科医院

