

# あさか訪問通信



## 高齢者の 歯ブラシについて



R2、8月号

歯ブラシには種類がたくさんあって何を基準に選んだらいいのか正直わからないことはありませんか？結局、価格や見た目を選んだりしてませんか？毛の硬さも様々で、「硬め」・「ふつう」・「やわらかめ」のものが一般的です。又、毛の細さも「太い」ものから「極細」まであり、更に歯ブラシのヘッドの部分も大きいものから小さいものまであります。高齢者の正しい歯ブラシ選びについて紹介致します。

### 歯ブラシ (グラッポ)

グラッポは、正しいブラッシングが習慣化されない方、歯磨きのモチベーションが上がらない方向けに作られた歯ブラシで、普通の歯ブラシよりもヘッドの部分が大きいことが特徴です。大きな動きでもよく汚れを落としてくれるので、歯磨きが苦手だな…と感じる方はオススメです。

メリット① 大きなヘッドで、歯垢 (汚れ) をいっせいに落とすことができます

メリット② 持ち手が太く、すべり止めもついているため、握りやすい

メリット③ 毛が軟らかく、歯肉に優しい



☆歯ブラシの販売は1本単位で購入可能です。 ¥356 (税込) / 1本

### 電動歯ブラシ (ブラウンオーラル B)

上手に歯磨きをするためには、歯ブラシを持つ手を細かく動かす必要があります。手を思うように動かしづらくなっている方は、普通の歯磨きを電動歯ブラシに切り替えるだけで、歯磨きの質がグンと上がるでしょう。ただ、電動歯ブラシだけでは細かいところまでは磨きづらいので、手磨きや歯間ブラシなどと組み合わせて使うことが理想です。

メリット① 手を細かく動かす必要がない

メリット② 歯垢 (汚れ) を除去しやすい

メリット③ 歯磨きの時間を短縮できる

メリット④ 歯茎のマッサージにもなる



☆歯科医院専売品となります。 ¥9900 (税込) / 本体+付属ブラシ3本入

### スポンジブラシ

うがいや歯磨きが難しい方向けに、お口の中を清拭する目的のスポンジの素材でできた歯ブラシです。食べかすや汚れを除去するだけでなく、お口の中に刺激を与えて口腔機能の回復にも役立ちます。



少量の水を含め、しっかり絞ります



歯や歯茎の外側や内側、舌の汚れをかき出します



奥からクルクルと転がしながら手前にこすり出します

### スタッフの近況



ご出産前に記念撮影♡  
元気な赤ちゃんが産まれますよう、スタッフ一同祈っております♡  
in越谷