

歯と歯の間のセルフケアを見直そう！

和良歯科診療所 歯科衛生士 原 るみ

お口のお手入れ、歯ブラシだけで済ませていませんか？

歯と歯の間(歯間)の歯肉はとてもプラーク(歯垢)がたまりやすい構造になっています。

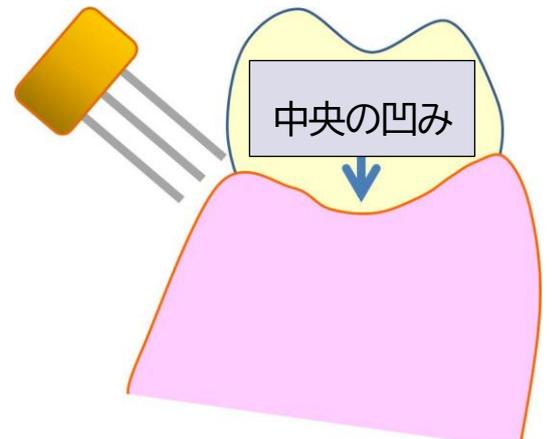
歯間の歯肉には中央にへこみがあり、プラークがたまりやすい構造になっています。

また、歯間の歯肉の表層には角化した層がなく、(歯間以外の歯肉は表層に角化層があります。)そのためプラークの影響を受けやすくなっています。実は場所により歯肉の構造が違うのです！

歯間から歯周病がすすみやすいのはそのためです。

この部分には歯ブラシの毛先が届かないため、歯間ブラシ・フロス(糸ようじ)での清掃はとても歯周ケアに重要です。

ぜひ、「面倒くさいな～」と思わず、歯間清掃用具を使用したお口のお手入れを実施してみてください！



歯についてのお問い合わせは、和良歯科診療所
(TEL:77-4008)までお願いいたします。