

歯間ブラシの使い方

歯間ブラシは、針金にナイロン毛をつけたもので、歯間部に残ったプラーク（歯垢）を効率よく取り除くことができます。デンタルフロスに比べて、歯間部が広い場合に適しています。



歯間ブラシの種類

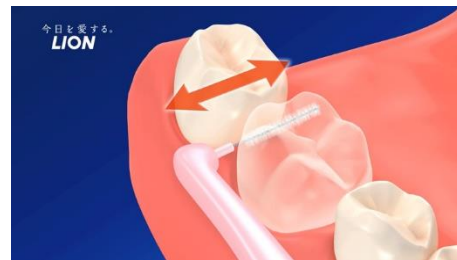
歯間ブラシには、ブラシのサイズやハンドルの形状が異なるものがあります。使用する部位や歯と歯の間のすき間の広さに合わせて使い分けましょう。サイズは4S・3S・SS・S・M・L・LLの種類があります。

DENTEX歯間ブラシ（4本入り）

¥540

受付にてお買い求め頂けます！

歯間ブラシの使い方の手順



① 口を閉じ気味にし、柄の部分で頬の内側を押し広げるようにしてスペースをつくり

② 歯茎を傷つけないよう、歯間ブラシの先端を斜め上に向けてゆるやかに挿入し

③ 歯間ブラシを水平にして、歯と歯茎の境目に沿わせて2、3回動かして歯垢を落とします

歯間ブラシを使用する際のポイント

1. 無理に入れ込まない

歯と歯の隙間が狭く、挿入しにくい場合は無理に入れないようにしてください。歯や歯茎を傷めたり、ワイヤーの曲がりや折れの原因になります。

2. 出血が続く場合は、歯科医師に相談

歯茎の状態によっては、使い始めの時に出血することがあります。もしも出血が続くようであれば使用を控えて歯科医師に相談してください。

3. 歯並びがそろっていない場所は念入りに

特に歯並びがそろっていない場所は、歯ブラシの毛先が届きにくく汚れが取れていないことも多いので、念入りに清掃しましょう。

歯間ブラシの取り扱い方法

1. 使用後のお手入れ

使用後は流水下でこすり洗いしてよく汚れを落とし、風通しの良い所で保管しましょう。

2. 取替え時期

目安：1週間交換

歯間ブラシの毛が乱れたり、短くなったら取り替えましょう。

特にナイロンタイプの場合、金属部分が露出したものを使用すると、歯や歯肉を傷付ける恐れがあります。こまめに取り替えましょう。

