

インビザラインマウスピースの使用方法

❖1日 20～22 時間の装着を基本とします。

原則として食事とブラッシングの時以外は装着するようにしてください。

これが最大のポイントです。インビザラインはワイヤー矯正とは違い、取り外しができることで患者様にとって様々なメリットがありますが、患者様ご自身のご協力が不可欠です。所定の時間しっかり装着していただくことで予測実現性が高まります。

具体的な1日の流れの一例として…

朝起きて、マウスピースを外し、朝食を摂ります。



マウスピースを外したままで、ブラッシング・フロッシングをしたあとマウスピースを装着します。



出勤し、昼食までは水を飲みながら仕事をして、お昼休みを迎えます。

※マウスピース装着中は、コーヒーなどの色のついた水分は取らない方がベターです。

マウスピースや歯が着色してしまいます。



マウスピースを外して昼食を摂り、食事後はブラッシングを行い、再度マウスピースを装着します。



夕食時も同様です。就寝時はもちろんマウスピースを装着しましょう。

❖アライナー(透明マウスピース)は原則として“1 週間”で次の新しいものに取り替えます。

使い始めの時やどうしても装着時間が足りなかった場合は延長して10日にするなど工夫をしていただければ問題ありません。

❖アライナーと歯のフィットの向上のためのアイテムとして、チューイーをお渡しします。チューイーはシリコンでできたチューブです。これを1日たった 5 分程度噛むだけで、アライナーと歯の密着感が増し、歯の移動が促進されます。フィットが甘い状態で次のアライナーへ移行すると、予定通りの歯の移動が達成できなくなりますので、そのような際には次に進まずに医院までご連絡ください。(1 つ前のアライナーは捨てずに保管して下さい) チューイーは無料でお渡ししておりますので、弾力が無くなったからお知らせください。

❖来院間隔はケースバイケースですが、だいたい 2 週間～2 か月くらいになります。チューイーをうまく使っているか、歯とアライナーのフィットは問題ないかなどを確認します。歯の移動のために、特定のタイミングでアタッチメント(歯の表面につける突起物)をセットするために来院して頂くことなどがあります。その都度、治療の進捗状況を確認する写真撮影を行い、経過観察を行います。

❖マウスピース装着前は必ずお口の中をキレイにしましょう。歯が汚れたままマウスピースを装着すると、アンフィット(マウスピースがきちんと装着できていない状態)や虫歯・歯周病の原因となります。装着前のブラッシング、デンタルフロスの使用(フロッシングと言います)を必ず行い、インビザラインマウスピースを装着します。

❖マウスピースは指または専用のピックでつけ外しを行ってください。装着時は無理やり噛んで装着することでマウスピースが壊れることがあるので気を付けてください。外すときは「外側からでなく内側から、前からではなく奥から」外すのがコツです。

❖マウスピースの洗浄は、基本的に歯ブラシを使用します。装着前に水でよく流し、食器用洗剤(中性洗剤)を適量使い、歯ブラシで物理的に全体的に汚れを除去していきます。最後に水で再度洗剤をよく流し、お使いください。アライナー専用の洗浄剤もご準備しておりますので必要な方は受付にてご購入してください。

❖外食時の対応として、お渡しするマウスピース用コンパクトケースを活用してください。外食する直前にマウスピースを外し、ケースに収納します。帰宅後ブラッシング、フロッシングを行い、マウスピースを装着します。

❖ほぼ全てのケースにおいて最終の微調整のために、再度スキャンを行い追加アライナーが必要になります。(これをリファイメントと言います) 最終ゴールはより素敵な笑顔を作るために患者様のご要望もお聞きしながら完成いたしますのでご安心ください。

❖アライナー装着後 48 時間後が痛みのピークになります。些細なことでも何か気になることがある場合は、①お電話での連絡 ②当院の公式 HP の無料メール相談 ③ZOOM での遠隔診療などご安心頂けるように対応致しますのでお気軽にご相談ください。

矯正治療は終わってからもリテーナーを使用するなど長く続きます。

患者様の素敵なスマイルのためにスタッフ一同しっかりサポートしていきます。

いっしょに頑張っていきましょう！

医療法人貴志会 藤村歯科クリニック スタッフ一同