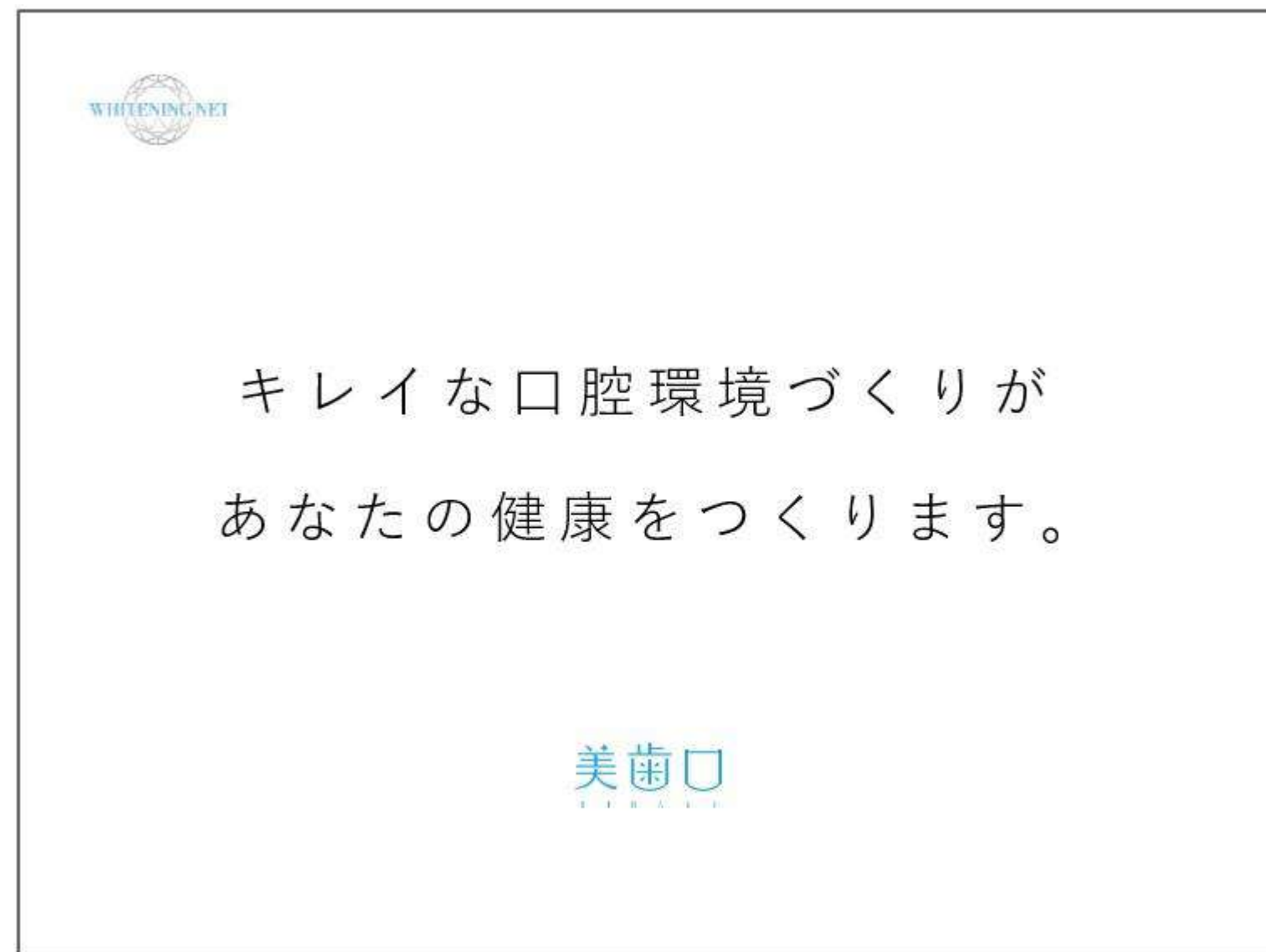


1



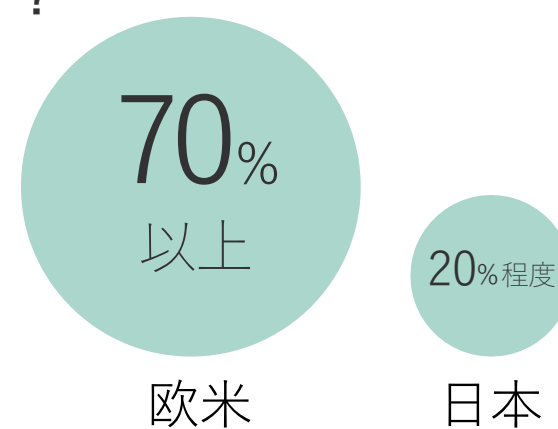
TALK

キレイな口腔環境作りがあなたの健康を作ります。
もしご関心のある内容があった際は、ご家族やお知り合いの方々にも教えてあげてください。

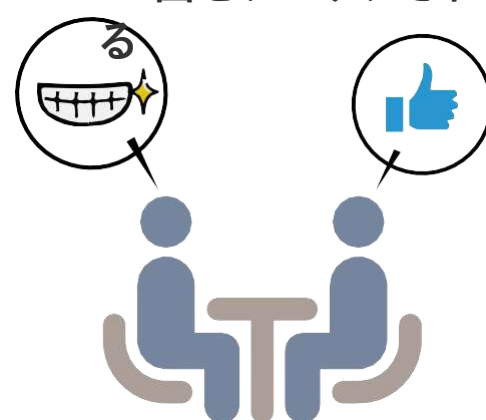
2

日本人は遅れてる！？

Q. 予防歯科に取り組んでる？



欧米では商談や面接で歯をチェックされる



予防歯科に取り組む割合は、日本では20%ほどに対して欧米では70%以上にのぼり、キレイな歯並びや白い歯は清潔感や高い教養を印象付けます。

TALK

世界と日本のオーラルケアを比べた場合、
欧米の 7 割以上の方々が予防歯科に取り組む中、日本は 2 割程度です。
ホワイトニングに関しても欧米では意識が高く、
就職面接や商談の際なども歯の白さや歯並びをチェックされるようです。

3

着色のワケ

濃い色や酸性の飲食物、タバコのヤニは要注意



歯への着色は食べ物に含まれる色素やタバコなどから歯の表面に沈着することによって起きます。炭酸飲料などの酸性の飲食物も着色に繋がります。

TALK

歯への着色はタバコの煙や食べ物に含まれる色素などが歯の表面に沈着することによって起きます。

ポリフェノールを含む食品や酸性の強いものは特に着色の原因になります。

4

ホワイトニングの種類

歯科医で行う医療ホワイトニングは大きく分けて2種類あります



オフィスホワイトニング



ホームホワイトニング

- 料金が安い
- 知覚過敏の可能性
- 食事制限がある
- 虫歯や歯周病のある方はできない

信頼できる医院で
施術を受けることが大切です

お金と手間がかかる場合が多く、過酸化水素など強い薬剤を使うことや食事制限など注意する点があるので、信頼できる医師の元で行いましょう。

point

- 医療行為ですが保険適用外なので満額自己負担になる。
- 知覚過敏や虫歯、歯周病の方は薬剤の刺激が強いので控える。
- 施術後は色移りしやすいので食事制限がある。

TALK

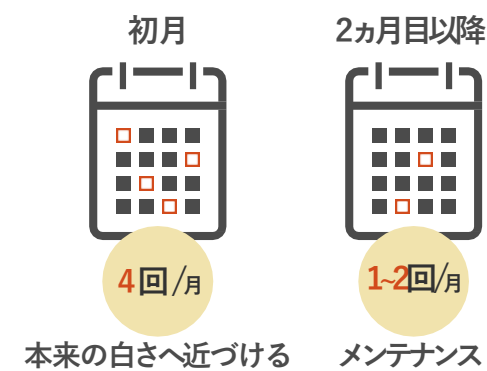
歯科で行う一般的なホワイトニングには「オフィスホワイトニング」と「ホームホワイトニング」があります。保険適用外なので料金も高く、時間がかかる場合があります。使う薬剤は「過酸化水素」「過酸化尿素」という刺激性の強いものなのでご体験される際は信頼できる医院にて取り組まれてください。

5

美歯口ホワイトニングシステム

(セルフホワイトニング)

日常生活で積み重なった着色を
一枚ずつ剥がしていくように
自然な白い歯と健康な口腔環境を作ります。



短時間で安全に低料金でサービスを受けることができるので継続しやすく、
本来の透明感のある自然な白さと健康的な口腔環境をキープできます。

TALK

美歯口ホワイトニングシステムは「セルフホワイトニング」という分類の
ホワイトニングサービスで、短い期間で安全に低料金で取り組みます。

美歯口のホワイトニングは7つの効果があります。

「歯を白くする」 虫歯を防ぐ」 歯垢を除去する」 口内を浄化する」
「歯のヤニを取る」 歯石の沈着を防ぐ」 口臭を防ぐ」です。

6

歯は毎日溶けている



酸によって歯が溶ける“脱灰”と、溶けたエナメル質を唾液の作用で補修する“再石灰化”がシーソーゲームのように起こっています。

TALK

歯の表面に付着したプラーク 1mg の中に細菌が約 3 ～ 10 億います。
そして細菌は食べ物に含まれる「糖」を分解して酸を作ります。
その酸が歯の表面のエナメル質を溶かしてしまいます。
このように食事のたびに歯を溶かす「脱灰」が起きますが、
唾液はその逆の「再石灰化」という作用でエナメル質を復元します。

7

— Question —

再石灰化を促すために
意識したほうが良いことは？

- ① 歯みがき
- ② 間食のタイミング
- ③ 食事のバランス

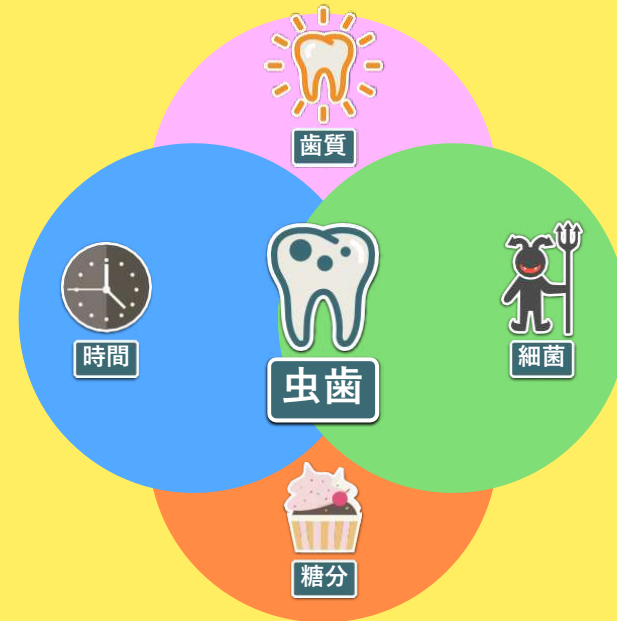
TALK

唾液による歯の修復作用である「再石灰化」を促すために
意識するとよいことは何でしょうか？

— Answer —

① 歯みがき ② 間食 ③ 食事のバランス

虫歯の原因
4大要素



point

- 虫歯の原因は 4つの要素があります。

歯質・細菌・糖分・時間

上記3つの要素が重なる「時間」が長いほど

虫歯になりやすくなります。

寝ている間に菌が増殖しやすいので

就寝前後が特に大事です。

TALK

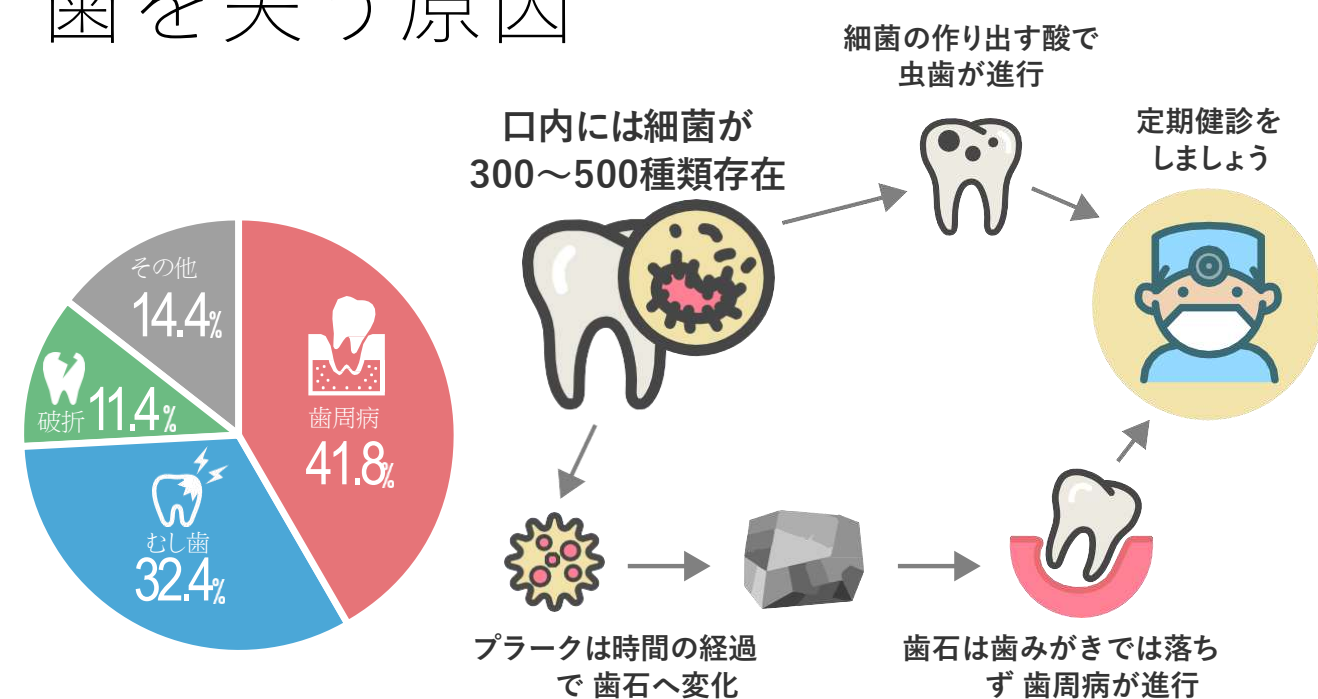
問題の答えは**①②③**全てです。

再石灰化には時間がかかるので、歯みがき直後の間食を制限するなど
再石灰化の作用が働く時間を確保し、プラークを除去することが大切です。

唾液が出るように食事の際はよく噛むことも歯には良いことです。

9

歯を失う原因



歯周病は細菌の感染によって引き起こされる炎症性疾患です。プラークは時間が経つと歯石になり、落ちづらくなることでさらに病状が悪化します。

TALK

歯を失う原因の第1位は歯周病です。2位に虫歯が続きます。

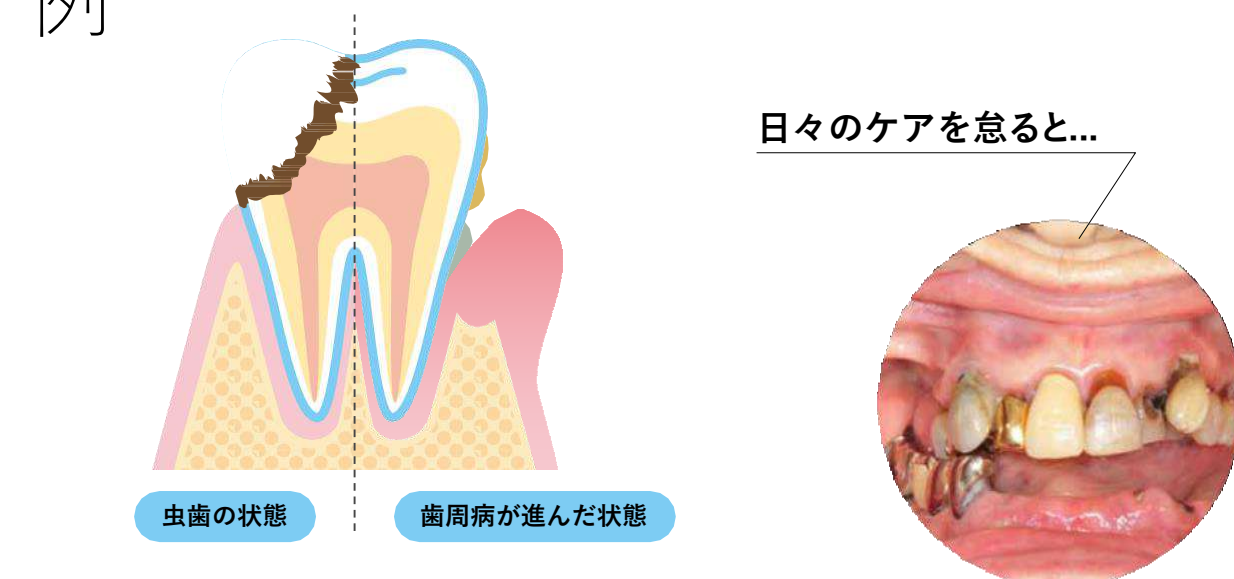
歯周病は歯周病菌による口内の感染症で、大人の約8割がかかっています。

虫歯と違い痛みを伴わないので知らないうちに症状が進行します。

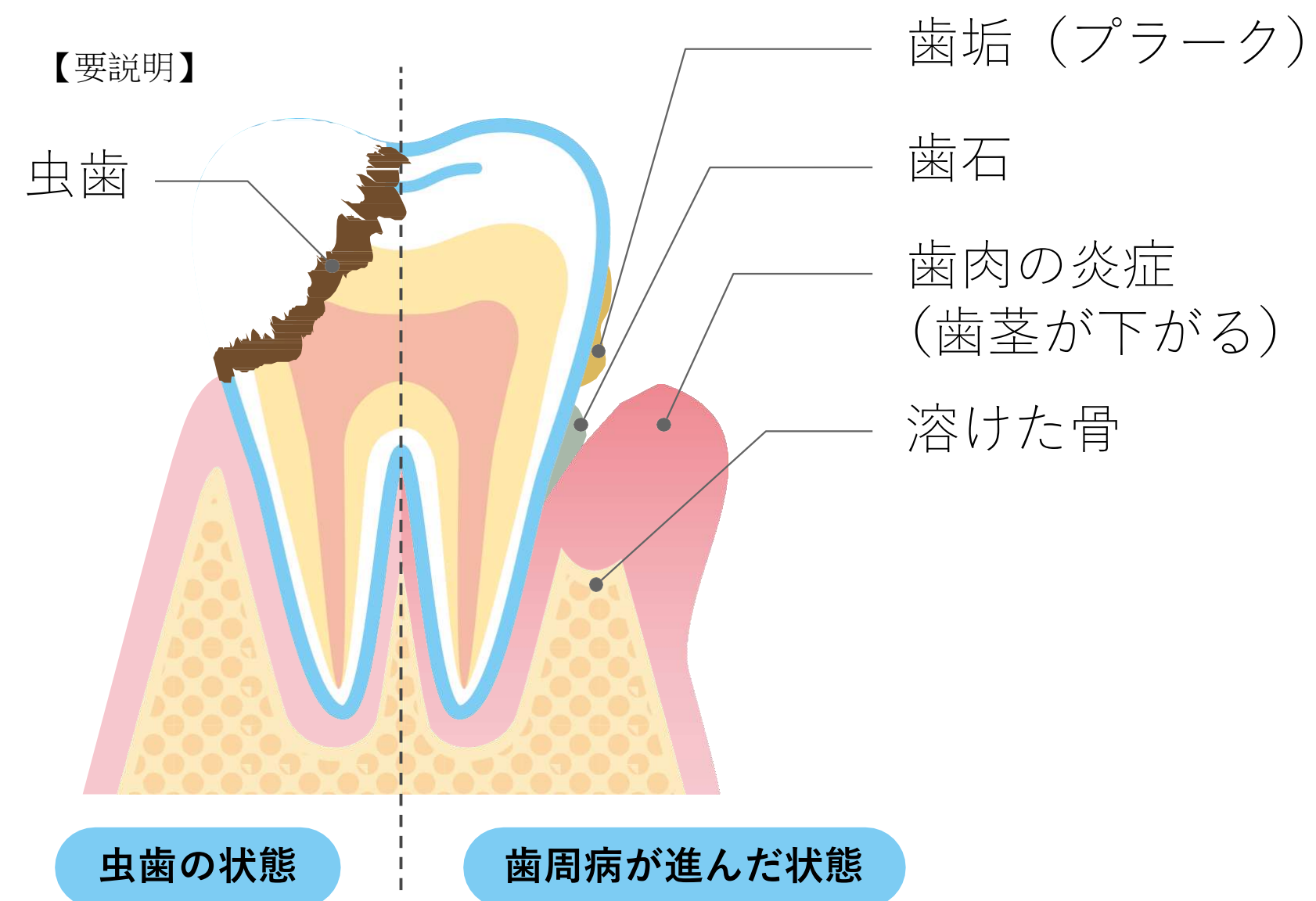
定期的に歯科へ健診に行き、歯石除去など歯のクリーニングを行きましょう。

10

虫歯・歯周病の症例

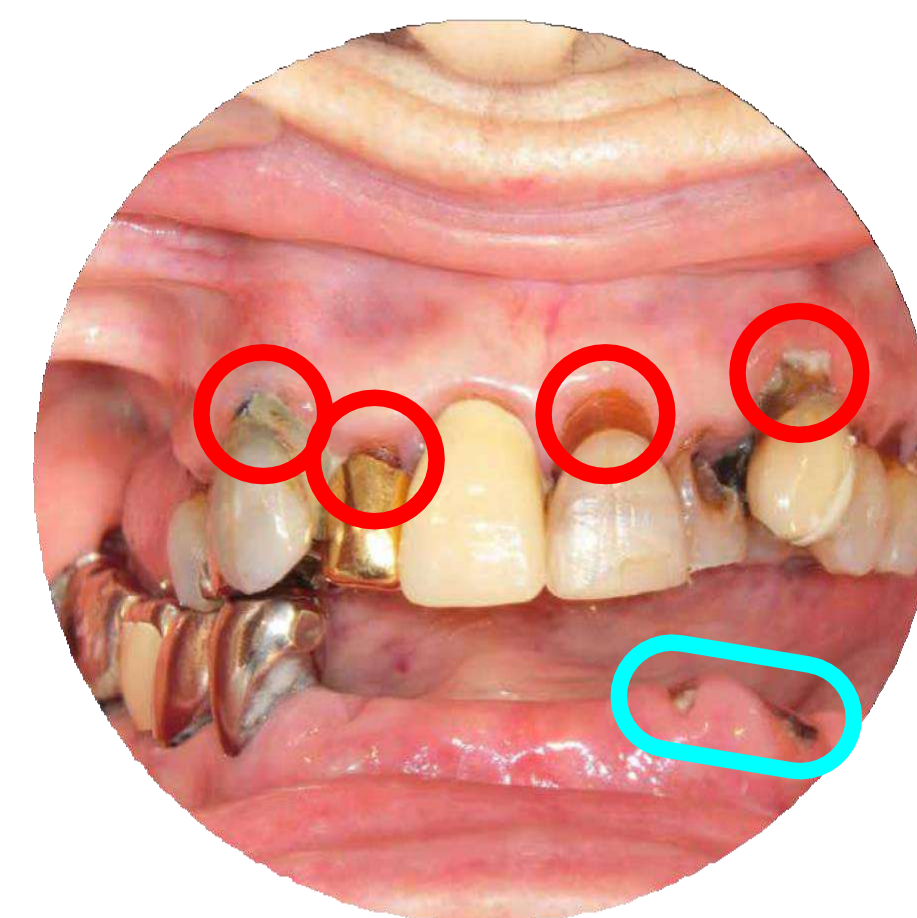


歯周病が進むと歯茎が弱くなり、腫れたり出血を起こします。骨も同時に溶け、歯が抜け落ちる原因になります。



TALK

虫歯や歯周病の結果、抜歯になります。
日々のケアが必要です。
歯茎が下がることに関して驚かれるのが
「歯茎が下がると一緒に、
歯茎の下の方の骨も溶けている」という事です。



- 骨が溶けて歯の根っこが見えている状態
- 歯が溶けてしまい歯の根っこだけが残った状態

11

歯 ブラシ 6 割、フロスで 9 割



実は歯ブラシだけでは汚れは6割程度しか落とせません。
歯間や歯周ポケットをケアをするためにはデンタルフロスを使いましょう。

TALK

毎日のオーラルケアで歯ブラシしか使っていないとしたら
汚れの4割は口の中に残ったままになっています。

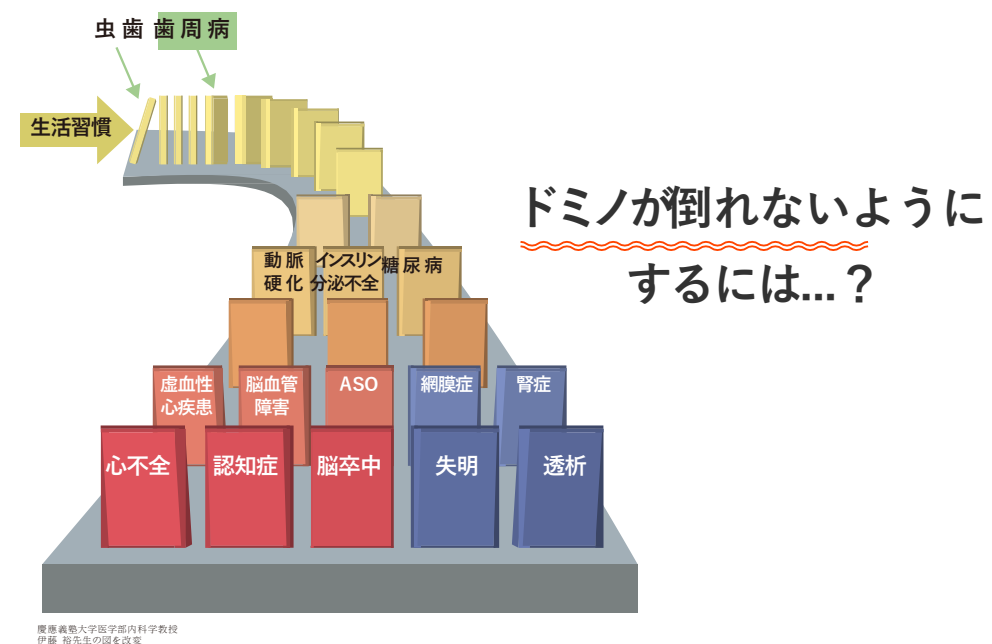
実は、日本人の8割が歯周病なのはこの残った汚れが原因なのです。

また、歯の着色や口臭の原因にもなっています。

これを防ぐために、デンタルフロスは必ず使いましょう。

12

メタボリックドミノをご存知ですか？



あらゆる病気はドミノ倒しのように一気に進みます。
生活習慣病や様々な病気につながり、最後は命を奪う恐ろしい病態です。

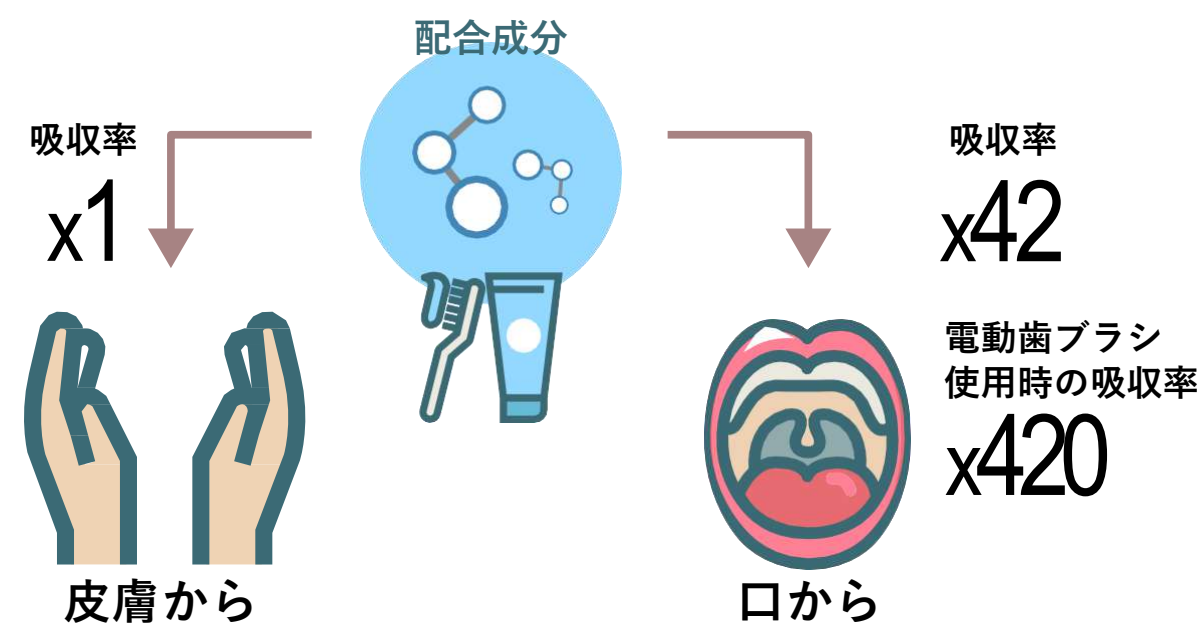
TALK

全く関係のないようにみえる「心不全」や「脳卒中」などの重い病気は実は虫歯や歯周病が原因の一つだということがわかってきました。

ドミノが倒れる前にオーラルケアをしっかりと行いましょう。

13

口に入れるものは安全なものを



白い歯をキープするための歯みがき粉も安全なものを使いましょう。
物質の吸収率は皮膚からと比べて口内からだ42倍も多いのです。

TALK

口内は物質を吸収する力が強く、皮膚と比べて 42 倍、電動歯ブラシなどを使えばその 10 倍の 420 倍に高まります。

普通の歯ブラシでも吸収率は高まります。

界面活性剤である「ラウリル硫酸ナトリウム」が入っている

歯みがき粉は市場にたくさん出回っています。

商品を選ぶ際はパッケージ裏面の成分表もチェックすると良いでしょう。

14

ホワイトニングが身近な時代に

今までのホワイトニングは



歯科医院で行うもの



これからのホワイトニングは



時短 手軽 安全 効果

セルフホワイトニングは時短で手軽、安全、ケア効果が高いので まだやったことがない方でも始めやすく継続しやすいです。

TALK

歯のホワイトニングは年々身近な身だしなみになってきています。
セルフホワイトニングという選択肢ができたことで
チャレンジしやすい環境になりました。

15

メディアも大注目のホワイトニング



テレビやSNSなど多くのメディアで取り上げられたことで注目が集まり、有名人やセレブなどの一部の人だけでなく一般の方にも広がっています。

TALK

ホワイトニングと言えば一部の芸能人やセレブだけの特別なものでした。しかし、テレビや雑誌、SNSなどで多く取り上げられてきたことで、エステやネイルと同様に美容の選択肢として歯に意識を向ける方が増えています。

16



TALK

ヘアサロンやエステ、ネイル、脱毛など日本人の美容に対する意識はますます高まってきています。

そして次に注目されているのは「歯」です。

オーラルケアに意識を向ける方がこれからますます増えていくことでまた一つ日本人の美と健康が向上することでしょう。