

歯間ブラシを 使ってみましょう！

歯間ブラシは、すき間のある歯と歯の間の
歯垢を効果的に清掃します。スキ間に合わ
せ、自分に合ったサイズを選びましょう。



使用後の チェックポイント



- ☐ 使用後の歯間ブラシ
にねばつきのある
白いもの(=歯垢)が
ついていませんか？
- ☐ ブラシに付いた歯垢
のニオイを確認して
みましょう。
臭いのもと
は細菌です。



注:歯ぐきに炎症がある場合などは使用
始めの頃は出血することがあります。
但し、出血が続いたり痛みがあるよう
でしたら歯科医院へご相談ください。

使用上のご注意

歯や歯ぐきを傷つけないように注意して、
より効果的にご使用ください。

歯間ブラシは歯科医師・歯科衛生士の
指導のもとでご使用ください。

歯ぐきの損傷・歯面の摩耗

ブラッシング時に力を入れすぎて歯茎を
傷めたり、ブラシのサイズが合っていない
と歯を磨耗することがあります。ブラシの
サイズ選択や使用にあたっては、歯科医師
や歯科衛生士の指導を受けましょう。



歯面に当たっていない例

歯と歯の間が広い場合は、ブラシに多少
角度をつけてみがくようにしてください。



こんなところも効果的！

- ・欠損歯の間
- ・ブリッジ装置の周辺部
- ・矯正装置のワイヤーの下

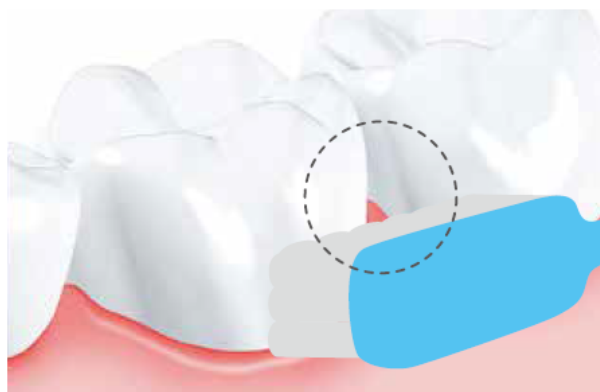
信州大学医学部歯科口腔外科監修

お口の 手入れの 手引き (歯間ブラシ編)



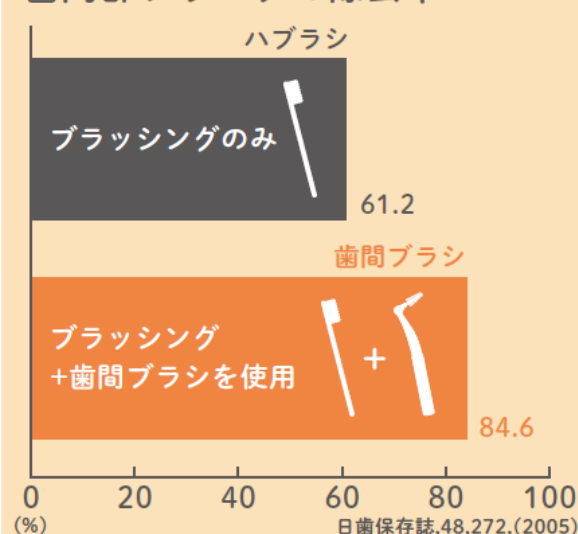
歯周病対策には、歯と歯の間にたまった
歯垢を取り除くことが重要です。
歯と歯の間の歯垢の除去は、歯間ブラシ
の使用をお奨めします。

ブラッシングだけで意外と 取れない歯間部のプラーク



ハブラシだけでは、
歯間部の歯垢は
6割程度しかとれません。

歯間部プラークの除去率



歯間ブラシの使い方

- ・歯間部のサイズにあった大きさの歯間ブラシ(SSS～Lサイズ)を歯科医院で選びましょう。(SSSサイズが入りにくい場合はデンタルフロスをご使用ください。)
- ・歯間ブラシL字型はワイヤーを曲げずにご使用ください。



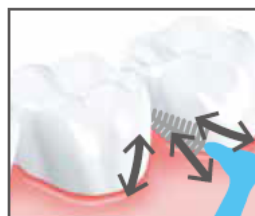
STEP 1

歯間部のサイズにあった大きさのブラシを選びます。



STEP 2

鏡を見ながら歯ぐきを傷つけないように注意してゆっくりと歯と歯の間に挿入します。



STEP 3

まっすぐ数回往復運動させた後、両サイドの歯に沿わせて往復運動します。



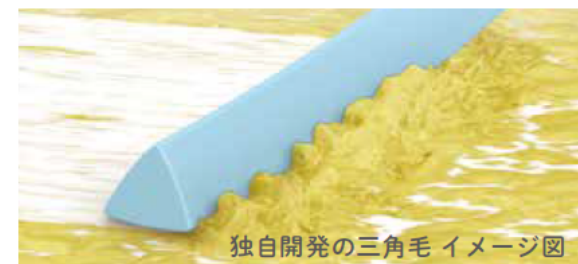
STEP 4

使い終わったら水洗いして乾燥させておきます。

ガム歯周プロケア 歯間ブラシL字型の特徴

独自開発の三角毛

三角毛の角で歯垢をかき落とすので効果的に歯間部を清掃します。



独自開発の三角毛 イメージ図

抗菌毛採用 (抗菌剤: クロルヘキシジン)

毛に、菌を寄せ付けず、衛生性を保ちます。



奥歯への操作性

首がL字型になっているので、奥歯の舌側からでも頬側からでも、無理なく挿入することができます。

耐久性に優れた パワー合金ワイヤーを採用

※毛が乱れたり、ワイヤーが曲がりやすくなってきたら、交換してください。