

# 杉村歯科 通信

第 117 号

発行者：杉村歯科 宇城市不知火町高良 2 2 5 9 TEL 0964-32-5010 H27 年 2 月 号

## 入れ歯のお手入れ ~むし歯・歯周病に注意！~

今回は入れ歯を清潔に保つためのお手入れについてご紹介させていただきます！

入れ歯はその構造上、歯ぐきとの隙間があり、ここに食べかすや**プラーク**（歯垢＝細菌のかたまり）がたまりやすくなります。また、部分入れ歯には**クラスプ**と呼ばれる**固定用のバネ**がついており、ここにも同じように食べかす・プラークがたまります。このように入れ歯を不衛生にしておくと、**むし歯、歯周病、口臭などを引き起こします**ので、しっかりとしたお手入れが必要です。



### ◆ブラッシング

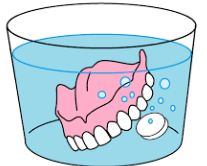


入れ歯専用  
ブラシ

必ずお口から取り外して隅々まで磨きます。入れ歯はプラスチックでできてるものが多いため、研磨剤入りの歯みがき粉を使わず、あまり強く磨き過ぎないことが大切です。**専用の入れ歯用ブラシを使用し、やさしく磨きましょう**。クラスプ（バネ）の部分は特に念入りに。

### ◆洗浄剤によるつけ置き洗い

細かな部分の汚れをとるには、つけ置きの洗浄剤を使うのも効果的です。**熱いお湯に入れると割れることがあるので、必ずぬるま湯につけてください**。また、洗浄剤をあまり頻繁に使いすぎると入れ歯の耐久性を短くすることもあります。



### ◆おやすみ時の保管

就寝の際に入れ歯を外したほうがよいかどうかは、お口の状態によります。歯科医院で確認をしてください。また、外す場合には、**入れ歯は乾燥すると割れやすくなってしまいますので、必ず水などにつけておくようにしましょう**。

### ◆お口全体の寿命を延ばすために

入れ歯にも歯石がつきます。歯石は細菌が繁殖する原因となりますが除去するのが難しいので、定期的に歯科医院で取り除いてください。また、入れ歯はお口の状態の変化により不具合を起こしやすいので、そのチェックのためにも定期的な来院をお勧めします。**合わないからと言って使うのを辞めてしまうと、お口全体の寿命が短くなってしまいますので、必ず歯科医院に相談してください**。

きれいな入れ歯で健康なお口を保ちましょう！入れ歯のお手入れ道具も多数販売しております。

専用ブラシ（160 円）、つけ置き用洗浄剤（1,080 円）、ブラッシング用洗浄剤（1,140 円）、入れ箱（⊕160 円、⊙110 円）など購入の際はお気軽にスタッフまでお尋ねください♥

## 何処？そこ！行ってみたい(隊)

今回は宇土市にある炭火焼肉店『喰会（くうかい）』さんに行ってきました！宇土シティモールの向かい側にあるお店で店内は掘りごたつや座敷のテーブルがあり、アットホームな雰囲気です★メニューは 390 円シリーズから黒毛和牛まで豊富で、お腹いっぱい食べてもリーズナブルです♥特にオススメなのがビールが何杯飲んでも 1 杯 150 円なのでビール好きな方にはかなり嬉しいサービスです♥子ども用の椅子等も完備されているので家族連れの方にも安心してご利用いただけると思います。ぜひ一度、お食事に行かれてみてください！

住 所：宇土市善道寺 163

ラ・クポール・キクチ 2F

電 話：0964-23-3277

営業時間：17:00~24:00 (23:30 ラストオーダー)

定 休 日：不定休

