



まつえだよりの4月



歯間ブラシ^しを使おう！！

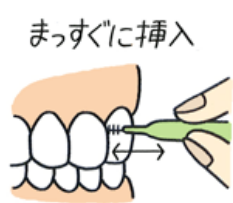
ご存じですか？歯ブラシだけでは、お口の汚れは取り切れないことを…**歯ブラシのみ** **約60%**

歯ブラシ+歯間ブラシ **約85%** と言われています。

残った汚れは虫歯や歯周病のもと、そして口臭の原因です。歯間ブラシを効果的に使いましょう。

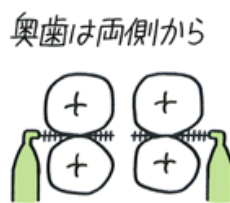
歯間ブラシ^し

1日1回就寝前の歯磨きで歯ブラシの前に使用すると効果的です。



まっすぐに挿入

歯間ブラシをまっすぐに挿入し、前後に動かします。歯面や歯肉に沿わせて動かしていきます。



奥歯は両側から

奥歯は外側と内側のそれぞれからまっすぐに挿入し、前後に動かします。



根元から曲げる

取り替え時期

1~2週間を目安に交換しましょう。また、毛束が少なくなる、ワイヤー部分が曲がる等も取り替えのサインです。

サイズ

4S~LLまであります。歯科医師又は歯科衛生士に相談しましょう。間違ったサイズを使用すると歯肉を傷つけます。

歯と歯の間に隙間がない方は **フロス^ろ**  を使いましょう

当院のオススメ！



DENT.EX
歯間ブラシ
¥500+税



ウルトラフロス
¥500+税

こんにちは！助手の新里です。4月になりました！もう春ですね❀だいぶ過ごしやすい気温になってきたので、すごく嬉しいです。皆さん歯磨きの後の歯間ブラシやフロスはお使いですか？本当は歯間ブラシやフロスは毎日使ってほしいですが、難しい方は2~3日に1回でもいいので、通す習慣をつけましょう！



まつえだ歯科

TEL 075-711-8241