まつえだより

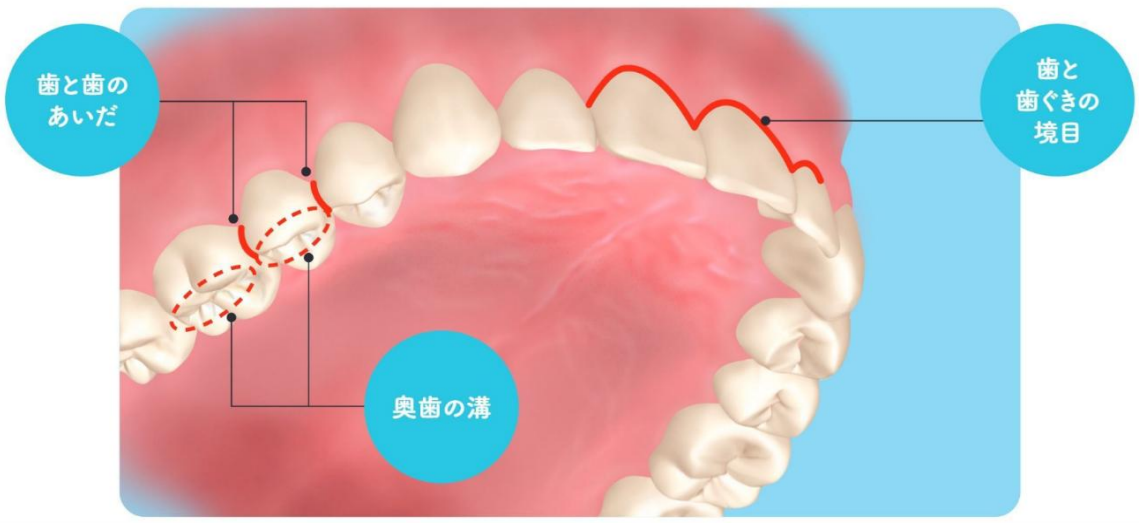
11月 November

矯正治療中の歯みがきテクニック

効率よくみがこう！

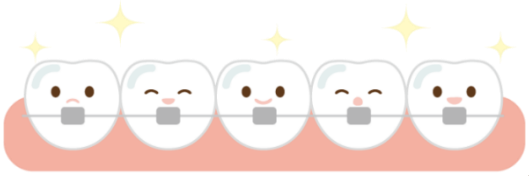
矯正治療でせっかくきれいな歯並びを手に入れようとしているのに、
むし歯や歯周病になってしまっては、残念ですよね。
矯正治療中は、装置によってお口の中が複雑になるため
お手入れが難しくなります。でも、ポイントをおさえたケアを
毎日続けることで、健康なお口を維持できます。

矯正治療中の歯みがき、知っておきたいポイント



プラーク（歯垢）は歯みがきでしか落せない

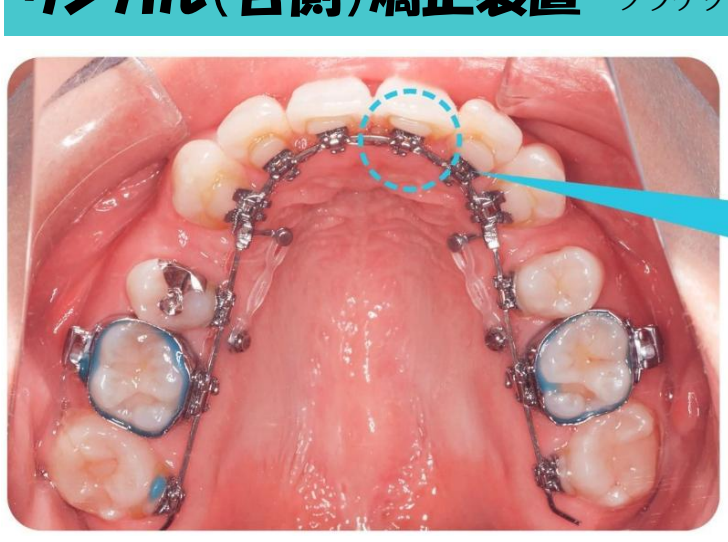
**プラークは、
歯のくぼみがある部分に溜まりやすいもの。
くぼみがある部分は、「みがきにくい場所」
でもあります。歯みがきでは、こうした
プラークが溜まりやすい場所を意識して、
みがくことが大切です。**

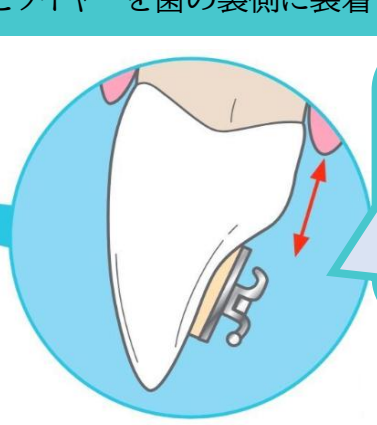


矯正治療中は、
プラークが溜まりやすい場所が増える

リンガル（舌側）矯正装置

ブラケットとワイヤーを歯の裏側に装着する。

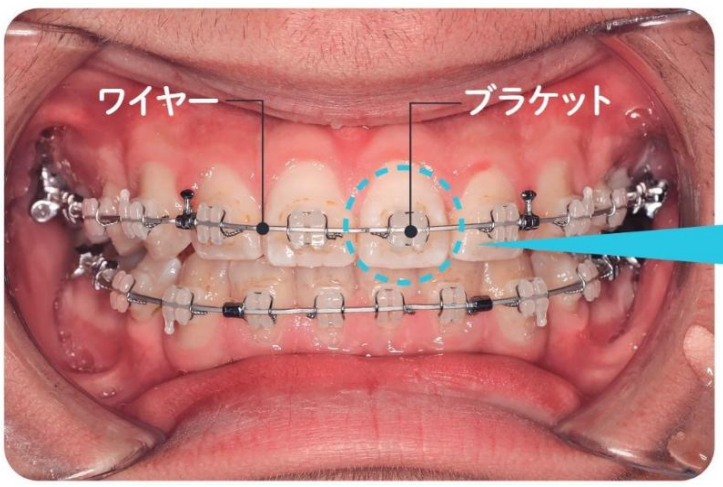


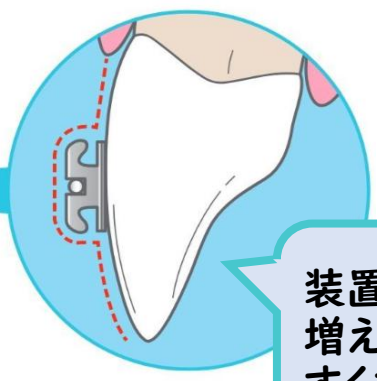


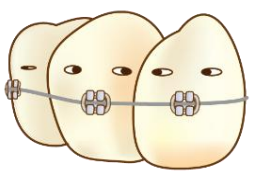
装置がつくことで、凹凸が増え、
プラークが溜まりやすくなります。
舌側では、とくに歯の面がせまく
なるため、歯と歯ぐきの際がより
みがきにくくなります。

ワイヤー矯正装置

ブラケットとワイヤーを歯の表側に装着する。





装置がつくことで、凹凸が
増え、プラークが溜まりや
すくなります。

マウスピース型矯正治療では、アタッチメントや
ボタンという
小さな突起物を
歯の表面に接着
することがあります。
アタッチメント周りは、
プラークがついても
見えづらいことが
あるため、みがき
残しには注意しましょう。