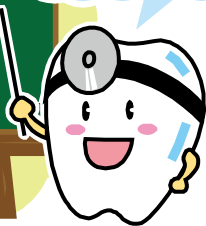




# 歯のはなし

さし  
義歯

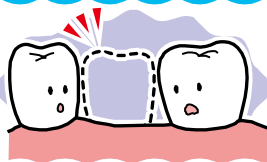
ごうしゅう  
口臭のお悩みをスッキリ解消します



「口臭」を気にしてしまう方は多いと思いますが、特に「義歯」を使用している方は口臭に注意が必要です。義歯には食べかすや汚れがたまりやすい上、ケアを怠ると口臭が強くなってしまいます。そこで今回は、義歯を使用している方の「口臭ケアのポイント」についてお話をさせていただきます。



## 失った歯を補う「義歯」とは？

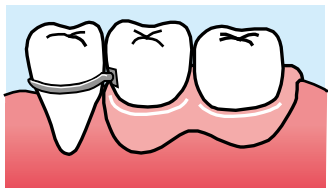


歯を失ってしまった所は「義歯」で補う治療が必要ですが、義歯には「部分入れ歯」「ブリッジ」「インプラント」があります。厚生労働省の平成23年度歯科疾患実態調査によると、義歯の治療は多い順で「①ブリッジ」「②部分入れ歯」「③インプラント」の順になっています。

## 口臭ケアのポイント

口臭ケアの基本は、食べかすや歯垢をしっかりと落としてお口の中を清潔に保つことです。義歯のある方は次のポイントに気をつけてケアを行ってみましょう。

### 部分入れ歯

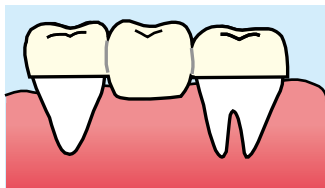


部分入れ歯とは、となりの歯に金具でひっかけて装着するタイプの入れ歯のことです。入れ歯の素材は細かな傷がつきやすく、そこに細菌も増殖しやすいので、口臭には注意が必要です。

### ケアのポイント

- 毎食後、入れ歯を取り外して専用ブラシで洗う
- 1日1回は専用の洗浄剤を使用して、入れ歯を洗浄する
- 入れ歯が隣接している部分の歯の汚れをしっかりと落とす
- 入れ歯をみがく時は研磨剤不使用のものを使う

### ブリッジ

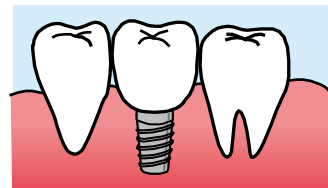


ブリッジとは、失った歯の両側の歯を土台にして義歯を固定する治療法です。ブリッジはすき間に汚れがたまりやすいため、ケアが不十分だと口臭の原因になってしまいます。

### ケアのポイント

- ブリッジの根元の汚れを歯間ブラシで取り除く
- 義歯と歯ぐきにすき間がある時は、フロスを使って汚れを取り除く
- ブリッジの土台となっている歯は歯周病やむし歯になりやすいため、検診でチェックを受ける

### インプラント



インプラントとは、顎の骨に金属製の歯根を埋め込み、その上に義歯をネジで固定する治療法です。天然歯のような見た目と使用感を取り戻せますが、通常のお口ケアと同じ様に、歯垢の除去や定期的なメンテナンスが必要です。

### ケアのポイント

- 歯間ブラシやフロスで歯垢をしっかりと取り除く
- 定期的に検診でチェックを受ける



自分の口臭はなかなか気づきにくいものなので、毎日しっかりケアをしましょう！

## クイズのこたえ

### 1 2mm以下

歯ぐきの健康を維持するには、歯周ポケットの深さは2mm以下が理想です。歯周ポケットが5mmになると出血しやすくなり、6mm以上になると歯がグラグラしてきて抜歯の可能性も高まります。歯周ポケットの深さは自分では測れませんので、歯科医院でチェックを受けましょう。