



## 入れ歯のお手入れ方法

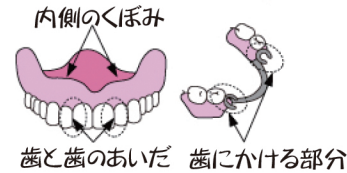
入れ歯も歯と同じように食べかすや汚れ（歯垢）が付きます。お手入れが不十分だと、口臭や歯肉炎になります。毎日のお手入れをしっかりとしましょう。

### ＝お手入れの手順＝

- ①洗面器に水を張る ▶▶ 落として破損したり、排水溝に流さないようにします。
- ②入れ歯を外して流水下で義歯用ブラシを使って清掃します。▶▶ 通常の歯ブラシは天然歯を磨くために作られており、それで磨くことで入れ歯に小さな傷ができ細菌が繁殖する恐れがあります。洗浄剤は必要に応じて使用して下さい。



### 汚れが残りやすい部分



### 義歯ブラシの使い方



- ③入れ歯を保管する。▶▶ 水に浸けてください。乾燥による変形を防ぎます。就寝時にも入れ歯を装着するかどうかは、歯科医師の指示に従ってください。



### 休診日のお知らせ

6月	1日(木)	午後休診
	3日(土)	休診
	9日(金)	午後休診
	15日(木)	午後休診
	22日(木)	午後休診
	29日(木)	午後休診
7月	6日(木)	午後休診
	13日(木)	午後休診
	20日(木)	午後休診
	27日(木)	午後休診

予定は変更になる場合がございます

### あ と が き

新型コロナの感染対策も個人の判断になったところから来院時の体温測定は行わないことにしました。しかし、感染者数も微増傾向である事から、当院では、マスクの着用を推奨しております。夏に向けて気温も高くなりますので、無理のない範囲での感染対策のご協力をお願いします。

発行 令和5年6月1日  
たむら歯科医院  
岩手県花巻市南城 27-13  
担当：千田 ヲザイン：菊池



### 防災バックの+αに

日本は地震多発国です。5月は大きな揺れが日本全国で確認されました。南海トラフ地震と首都直下地震は、今後30年以内に発生する確率が70%と高い数字で予想されています。しかし、まだ記憶に新しい熊本地震の地震発生確率は30年以内に1%未満でした。大規模な地震がどこで、いつ起きてもおかしくなく、東北地方も例外ではありません。

災害が起きる前の備えとして、防災バックの準備をしておきましょう。そして、非常食などと一緒に準備して頂きたいのが歯ブラシです。口の中を清潔に保つことができないと、お口の中の菌が身体に悪影響を及ぼす可能性があります。特に誤嚥性肺炎になりやすい高齢者の方は注意が必要です。旅行用の歯みがきセットもよいでしょう。歯磨き粉は使用期限があるので、保存食同様に期限のチェックをしましょう。



### 歯が抜けたままにしてはいけない理由

歯を失う原因の多くが歯周病とむし歯です。



失った歯を補充する方法は、入れ歯かブリッジかインプラントですが、どれも治療の回数も費用もかかる為、残念ながら治療を途中で諦めてしまう方もいます。しかし、抜けた歯をそのままにしていると、抜けた歯のとなりの歯が抜けたスペースに倒れたり、噛み合っていた歯が伸び出します。このような状態になってからだと、大変大がかりな治療になります。さらに口だけではなく身体全体の問題にも繋がります。噛み合わせが悪くなることから、見た目や発音障害、ほかにも消化器官に負担がかかったり、脳への刺激がなくなり認知症になりやすいとも言われています。

人生で後悔したことランキングの中で、「歯を大切にしていなかった」ことがランクインしています。様々な理由で抜けてしまうことがありますが、自分に合った補充方法でしっかり補っていきましょう。