

はは歯クラブだより

NO. 184

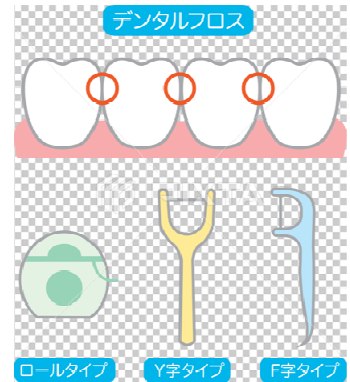


こんにちは！  医療法人 **ゆきなり小児・矯正歯科**です。

前回むし歯ができるには4つの要素が合わさってできることをお話ししましたね。

保護者のみなさんも食後のみがき直し頑張っていると思います。
ですが、歯みがきだけでは十分に歯垢を落とせていないことをご存じですか？

右のイラストのようなデンタルフロスを使って歯と歯の間の歯垢を落としましょう！おすすめは奥歯にも使いやすいY字タイプです。



フロスは必ず保護者の方がするようにお願いします
お子さんには持たせないようにしてください。力任せに入れると汚れを歯ぐきの中に押し込んだり、毎日歯ぐきに刺激が加わることで歯ぐきが下がってしまうことがあります危険です。

- 

1 ます歯と歯の間に合わせます。
- 

2 左右に動かしながら入れます。
- 

3 手前と奥の歯の側面を上下にこすります。

1日1回は必ず使って、歯と歯の間の歯垢を取り除いてあげてください。

詳しくはホームページをご覧ください。「ゆきなり小児歯科」で検索すると簡単です。
〈文責：日本小児歯科学会認定歯科衛生士 池田友紀〉