



## 歯科医師コラム 2



### VOL.3 歯ブラシの正しい持ち方/選び方 知ってます？

H28.7

歯ブラシは日本だけでも100種類以上あり、毎年2億本以上が生産されています。日頃慣れ親しんでいる日本の歯ブラシですが、品質や開発力は間違いなく世界トップ。それでもよくよく考えてみますと、歯ブラシの構造はとてもシンプルで、歯を磨く毛の部分と手で持つ柄の部分しかありません。

そんなに違うものなの？と思われる方も多いでしょう。

ところが、たくさんの歯ブラシを一斉に比較してみますと本当に違いは様々。それぞれの歯ブラシには特徴があり、その中から本当に自分にあった歯ブラシを選ぶことは、実はとても難しい事なのです。


そこで、まず知っておきたい事は、ドラッグストアで販売している歯ブラシと歯医者で販売している歯ブラシはまったく違うということです。

歯磨剤も同様で、歯医者で買う方が自分に合った効果の高いものを選ぶことができます。

その理由のひとつは、専門家である歯医者さんや歯科衛生士さんが口の中を見て適切に判断してくれるからなのです。その際、ただ単に歯ブラシを選ぶだけでなく、最適な持ち方や毛先の当て方まで一緒に考えてくれます。

1日2~3回、年間1000回近く歯磨きをする歯ブラシ、自分に合った歯ブラシの選択や持ち方を知るためにも、15分だけ歯科衛生士さんのテラーメイド歯ブラシの話を聞いてみてはいかがでしょうか？





プレミアムデンタルケア 恵比寿・代官山 院長:高井基普

E-MAIL [info@premium-dc.com](mailto:info@premium-dc.com) TEL 03-3780-5599



【院長略歴】

平成10年 岡山大学歯学部卒業

平成19年 UCLA Center of Aesthetic ショートタームフェロー

平成19年 東京ミッドタウンデンタルクリニック院長就任

平成23年 プレミアムデンタルケア恵比寿・代官山 開業

現在に至る

