



聞きたい！知りたい！

## 入れ歯の正しい手入れの仕方～

最近特に思うのは、入れ歯を外したらそのまま入れ歯洗浄剤の中に入れておられる方が意外にいらっしゃるなということです。そこでだいたい正しいかなと思われる入れ歯の清掃方法をお知らせします。出来れば毎食後、入れ歯専用のブラシかスポンジを使い、歯磨き剤をつけずに食器を洗うように行います。就寝時には、入れ歯を外して口の中の粘膜を楽にしてあげると同時に(歯の本数や残っている部位によっては入れ歯をつけたまま就寝をおすすめする場合がありますが)、酵素系の洗浄剤に一晩漬けて細菌を除去するようにします。酵素系の洗浄剤に漬けなくても専用の入れ歯ケースに入れておいてもよいでしょう。ただ、1～2週間に1度は洗浄力の強い洗浄剤を使います。できれば超音波洗浄器を併用すると効果的です。



## 歯列矯正について

### 1. 犬歯が生え変わる前に治療を終えましょう！

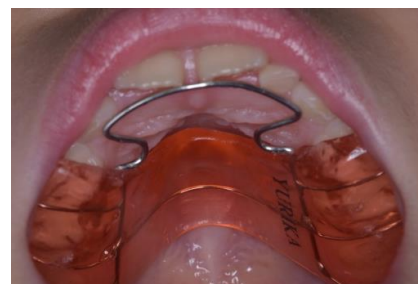
歯列不正はほとんど前歯だけに起きています。

### 2. 第二次成長期までに治療を終えましょう！

9歳～10歳から始まる第二次成長を十分活用することができます。

### 3. 自我が芽生える前に治療を終えましょう！

自我が芽生えるまではお母さんのやる気だけで治せます。自我が芽生えると本人のやる気も必要になります。中学生になると、本人の決意がなければ治療の継続は難しくなります。床矯正研究会抜粋



## スタッフからの一言

あけましておめでとうございます。本年もよろしくお願いいたします。歯科医師の間野です。今年の正月3が日は良い天気にも恵まれ、幸先の良いスタートになりました。皆さんは今年はどうなりたいですか？ 私は一つ望み事が叶うとするならば、自分を含めてみんなが心身共に健康でいられますように！ですね。健康であれば意欲さえあれば大体のことはできるし周りが健康であれば全てが明るくなるような気がするからです。1年間健康でいられるために能動的にあれもこれもやらなきや☆彡



## 1月の休診日は？

1(土)～3(月)、10(日)、16(日)、23(日)です。  
尚、9(日)、30(日)は9:00～12:00迄の診療です。



HPのQRコード



まの歯科クリニック

〒173-0021

東京都板橋区弥生町27-13 サンロイヤルハイツ1F

※ 受付は終了時間30分前迄ですのでご注意ください。

1月の無料歯科矯正相談の日は21(金)の夜です。



ホームページ <http://www.manoshika.jp>

