

# DENTAL NEWS

## 歯の健康と美容

### S 歯を白くする方法

#### 歯を削りすいて

#### 白くする

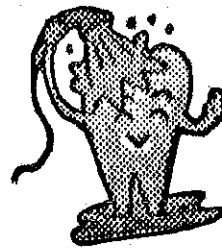
①喫煙や濃い色素・着色料の入った飲食物等の為に変色した歯を白くする方法

●家庭で出来ること：歯の硬い部分を構成している主成分が含まれている、歯を白くする効果の高いハイドロキシアパタイトの歯磨き剤があります。研磨作用によりこびりついた色素を除去し、歯を白くします。最近では、天然酵素を配合した歯磨き剤もあり、歯の表面を削らないので歯にやさしくおすすすめです。

#### ●歯科医院で出来ること

○歯石を取ってもらう：器械を使って、歯を擦る感じで歯石を取ると共に歯全体をきれいにします。(保険診療)

○クリーニングパウダーで白くする：専用の器械を使い、専用のクリーニングパウダーを水と一緒に歯の表面に吹き付けて着色を落とします。短時間で元の白い歯に戻り、歯の表面を傷つけることはありません。



#### ②歯の漂白

●家庭で出来る漂白：まず歯科医院であなたの歯が漂白に適しているか診てもらい、説明を受けてから家で漂白します。すべての歯科医院で行っているわけではありませんので、歯科医院にお尋ね下さい。

#### ●歯科医院での漂白：歯の表面に薬剤

(※注)を塗り、可視光線・レーザー光・熱・高周波電流を当てることで漂白します。変色の程度により3〜5回の通院が必要です。漂白後も喫煙や濃い色素・着色料入りの飲食物の為に再度変色したり、多少は元の歯の色に戻ることもあります。漂白しきれない場合もありますので、事前によく歯科医師をはじめスタッフと話し合うことが大切です。

※注 歯科医院で歯を漂白する際の薬

剤は主に過酸化水素水や過酸化尿素です。歯の組織内に着色した有機成分を酸化剤により分解・除去して、歯の明度を高くして黄色みを取り除きます。可視光線・レーザー光・熱・高周波電流を当てると高濃度の過酸化水素が急速に分解し、歯を白くすることが出来ます。

#### 歯を削って

#### 白くする

#### ①ほんの少しだけ削る方法

歯の表面(エナメル質)をほんの少しだけ削り、薄いセラミックスを張り付けます。

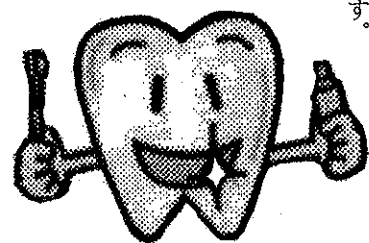
#### ②全体を削る方法

歯全体を削って歯と同じ色の物を被せ(クラウン)・つめる方法があります。●歯と同じ色を出せる材料にはセラミックスと合成樹脂(プラスチック)があります。セラミックスは瀬戸物ですから時間が経っても変色したり、減ってくることはありませんが、欠けたりひびが入ることがありますが、透明感や色調が優れています。しかし、保険は適用外となります。

合成樹脂はセラミックスに比べ硬さ・変色・摩耗性に劣りますが、前歯に関しては保険が適用できます。

●奥歯の噛み合せの部分の虫歯も金属ではなく、白い材料(プラスチック、セラミックス等)をつめることで天然の歯

の様になります。また、つめるだけでは歯の形が元に戻せない場合は被せることとなります。



#### ちよっと一言

□元からこぼれる白い歯は美しさの対象ではありますが、消化器官でもあるのです。毎日使えば汚れてくるのは当たり前です。それを取るために歯磨きをし過ぎたり、研磨成分の多量に入った歯磨き剤を使うと歯が擦り減ったり、歯茎を減らしたりします。見栄えだけでなく、歯全体の健康も考えなければなりません。特に歯を削って白くした場合はその部分から歯や歯茎の病気が始まっては元も子もありません。専門家から自分にあつた歯や歯茎の健康維持のアドバイスや、定期検診を受けることが大切です。

