



お家で簡単！ホームホワイトニングで

白い歯を手に入れよう

当院のホワイトニングの種類

- ホームホワイトニング
- (1)自宅で作れるホワイトニング
- オフィスホワイトニング
- (2)当院で行うホワイトニング

どうして歯の色が変わってしまうの？

歯の色が変わる原因には、歯の表面に付着したステイン(汚れ)や、ブラッシング落としきれず取り残されたプラーク(歯垢)に色が着き始め、だんだんとその範囲が広がる**外因性着色**と、歯の神経治療などによってエナメル質や象牙質が変化し、色調が不自然に見える**内因性変色**があります。また、加齢により徐々に歯の色調が濃くなる**自然現象の黄ばみや**、肌や髪色のように**遺伝する黄ばみ**もあります。外因性着色や、加齢や遺伝の黄ばみはホワイトニングによって白い歯にできますが、内因性変色には、ホワイトニングだけで色調を改善することが困難な場合もあります。歯の内側から治療する方法(ウオーキング・ブリーチ)もありますので、ホワイトニングが可能か、まずはチェックを受けてみましょう！

ホームホワイトニングってなに？

専用のマウスピースを使い、ご自宅で簡単にホワイトニングが出来る方法です。透明感のある爽やかな白さ、そして自然に近い色調で違和感のない白さを得られることが最大のメリットです。

ホームホワイトニングの流れ(約1時間)

ホワイトニングが出来るかのチェック

お口の型採り・写真撮影

マウスピース作成、お口のクリーニング

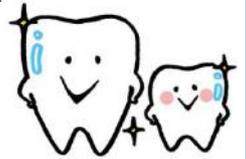
使用方法の説明

(1)自宅でホワイトニング

二週間後の診察で効果をチェック！

ホワイトニングのポイント

喫煙・赤ワイン・コーヒーマ・紅茶・コーラ等の炭酸飲料水・ウーロン茶・カレー・ケチャップなどは着色しやすいため、特にホワイトニング中の摂取は控えた方がよいです。これらを摂取した場合は、早めに歯磨きをしましょう。



治療できない場合ってどんな時？

実行しても効果が得られにくい場合、生体に危害を及ぼす可能性がある場合はホワイトニングを行う事ができない為、他の治療方法を検討しなければなりません。

- ×妊娠中や授乳中の女性
- ×治療器具などにアレルギーがある場合
- ×エナメル質形成不全症・象牙質形成不全症
- ×タークグレー・タークパープルの変色

また、ホワイトニングは天然歯にのみ効果を発揮するため、**人口修復物(かぶせ物・詰め物)の色調は以前と変わりません**。ホワイトニングを終えた後、改めて再治療する必要があります。**効果はいつまで続くの？**

ホワイトニングの効果は残念ながら永久ではありません。歯の色調が術前の状態に戻って行く**後戻り**という現象がおきるからです。また、**食物による外因性着色**や、**加齢によって色調が濃くなる自然現象**も加わります。ケアの仕方を覚えて頂き実践して頂ければ、ホワイトニング直後の歯の白さを長持ちさせることは可能です。ご自身でのブラッシングなどの**ホームケア**と、**歯科医が担当するメンテナンス**が重要となりますので、定期的に口腔内のクリーニングを受け、白くて美しい歯を保ちましょう！

「まごわやさしい」

歯に良い食べ物とされる、**豆・胡麻・わかめ・野菜・魚・しいたけ・いも**の頭文字です。

歯を掃除してくれる「**清掃性食品**」として唾液の分泌を促す**酸味のある食べ物**や、歯の表面をキレイにしてくれる**食物繊維の多い食品**なども歯に良い食べ物と言えます。バランスの良い食事を心がけることも実は歯をキレイに保つ秘訣です。



参考文献:LET'S WHITENING
著者:近藤 隆一