



地域一番の歯科医院を目指しています。

91号

山本歯科医院通信 ～「おだいじに」～

この「おだいじに」では最新の歯科の話題や、皆さんが普段疑問を持たれている事柄等についての情報を提供したいと思っております。こんなこと聞いてみたいな、あれってどうなんだろう？そんなことがあればどんどんリクエストしてください。

2018年5月号



★毎日鏡を見るのが楽しみな歯磨き剤(ホワイトルシェロ)★



効果的な使い方

① 毛先がラウンドタイプ
(ルシェロB-10、B-20)
の歯ブラシで磨くのが
おすすめです。

《美白ポイント》
おすすめの
毛先形状



ラウンドタイプ

② 歯みがきペーストは、
歯ブラシの毛全体に
たっぷりのせます。

《美白ポイント》

約1g

※画像はルシェロB-10の場合



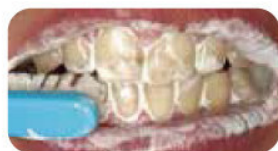
③ ステイン(着色汚れ)
が気になる部分から
まずはブラッシング。

《美白ポイント》

効果が実感しやすい
前歯部からブラッシング
するのがポイント



— 毎日のブラッシングで美白を体験しましょう! —



※写真は製品の効果を保証するものではありません。

【特徴】

- ① 弱アルカリ性で汚れを落としやすくなっている。中性歯磨き粉よりステイン(着色汚れ)除去力が約1.5倍高い。
- ③ 歯に優しいLime粒子 歯より軟らかくきめ細かいLime粒子(清掃剤)を高濃度に配合。
- ③ 薬用成分PEG400(ポリエチレングリコール)がタバコのヤニなどを分解する。
- ④ フッ素配合950PPM

院長より～

少し高価ですが(患者さま価格1940円税込)、効果は高いと思います。

風味というか味・香りも良いのも特徴です。

当医院でホワイトニング(歯の漂白)をされた人のメンテナンスにも最適です。

輝き続ける白い歯を保てます。ブラッシングで美白しましょう。

今回の裏面の担当は中山孝美(向かって左)と松本恵里(右)です。スタッフも皆頑張っています。



山本歯科医院 tel 0587-33-0570 fax 0587-33-0571

<http://yamamoto-dc.racoo.co.jp/>



歯ブラシの選び方

患者さんの中には自分に合う歯ブラシがわからず迷っている方が多くみえます。
歯ブラシ選びは歯の健康だけでなく全身の健康を守る事にもつながります。
★ 歯ブラシは頭部(ヘッド) 頰部(ネック) 毛、把柄部からできています。

- ① 頭部(ヘッド) → 基本はコンパクトがオススメです。
- ② 頰部(ネック) → 基本はストレートネックがオススメです。
- ③ 把柄部 → 手に合わせて太さ・長さを選ぶ。
- ④ 毛 → 基本はフラットでふっふいの硬さ。ナイロン製かPBT製がオススメです。

硬さ

かため
歯の表面の清掃能かに優れているためブラークが硬い方や量が多い方、唾液分泌が悪く方に適しています。

ふっふい オススメ!

歯ブラシの主流の硬さ
という事でラインナップが多く
ブラーク除去率が良いです。

やわらかめ

毛先がやわらかいので
歯肉が腫れている方
力を入れやす方に適しています。

素材

ナイロン オススメ!

現在のハブラシの主流の毛です。
耐摩耗性が高く、歯ブラシに向いている
素材とされています。毛がなかりやすいため
交換時期が1ヶ月程度と短めになっています。

PBT

ナイロンより耐久性に優れています。
毛先の劣化もナイロンより遅いです。
乾燥も早いので細菌の増殖を
抑えやすくなっています。

中山

ふわしゅわスフレパンケーキ

＊材料＊

- 卵黄 ... 2コ
- ヨーグルト ... 100g
- 砂糖 ... 30g
- サラダ油 ... 20g
- 強力粉 ... 50g
- ベーキングパウダー ... 小さじ1
- 卵白 ... 2コ
- 塩 ... ひとつまみ
- ★レモン汁(必須) ... 小さじ1



＊作り方＊

- ① ボウルに卵黄、ヨーグルト、砂糖、サラダ油を入れてよく混ぜる。
- ② 合わせてふるったベーキングパウダーと強力粉を①に入れてなめらかになるまで混ぜる。
- ③ 別の綺麗なボウルに卵白と塩、レモン汁を入れてしっかりと泡立てる。(ボウルも逆さにしても落ちないくらい)
- ④ 泡立てた卵白を②に入れ、泡を潰さないようにさくりと混ぜる。(※絶対に混ぜすぎない!!!)
- ⑤ フライパンを弱火であたため、薄く油をひく。出来上がった生地をスプーンでこんもりとのせる。蓋をして弱火で1分半。
- ⑥ さらに生地をこんもりのせた⑤の上にのせ、蓋をして弱火で2分焼いたらひっくり返す。
- ⑦ また蓋をして弱火で2分ほど焼いたら出来上がり。

＊ 本 公 ＊