

## 口は健康のもと Vol.118 入れ歯のメンテナンス

### 自宅と歯科医院で

新しい入れ歯を入れる時に歯科医師は、①着脱と清掃方法、②痛みの有無、③発音の状況、④異物感の有無等を考慮して調整と説明を行います。

これらの観察点に加え、気持ちよく入れ歯を使用するには入れ歯に対する順応が必要になってきます。発音障害や異物感も慣れにより徐々に消失する場合があります。痛みがある場合には、はずしておき、歯科医院へ行く日の朝から装着し調整を受けて下さい。

一方、不潔な入れ歯にはデンチャープラークという微生物が生息しており、口臭や虫歯、歯槽膿漏さらに粘膜の異常、等の原因にもなるため、入れ歯を自宅で清潔にする必要性が生じます。歯ブラシや義歯用ブラシで磨き粉をつけずに洗い、時々、入れ歯洗浄剤に浸けて化学的に清掃することをお勧めします。入れ歯の清掃時には口も洗い、歯だけではなく舌も軟らかい歯ブラシ（舌ブラシ）で清拭・マッサージすることも必要です。

アゴの骨は年齢とともに徐々にやせ、噛み合わせも変化していきます。半年に1度くらいは歯科医院で定期検診を受け、異常があればそれに対応した調整をすることが良好な入れ歯と口の健康の維持につながります。



奥羽大学歯学部附属病院  
総合歯科 准教授 清野 晃孝

