

## 口は健康のもと Vol.108

### 入れ歯の清掃

義歯を長期間お使いになると気になるのは、においや着色ではないでしょうか？

毎晩、義歯洗浄剤に浸けることで安心している方を見かけますが、これではいけません。食事に使用したお皿は必ず洗ってから次の食事に使用するように、義歯も毎食後、義歯用ブラシで食べかすをとることが基本です。

人工の歯の部分や金具の周囲は、汚れがつきやすいので要注意です。忘れやすいのは義歯の裏側です。粘膜にふれているため食物がつきにくいと思いがちですが、実際には細かな凹凸がありますのでしっかり磨いてください。ただし、義歯に使われている樹脂はあまり硬いものではないため、歯磨き粉をつけてこすると早くすり減ったり細かい傷ができます。この傷はにおいや汚れを着きやすくしますので、歯磨き粉は使わないでください。

また 7,000円 ~ 8,000円程度で義歯用の超音波洗浄器も市販されていますので、特に義歯を支える金具がついた部分入れ歯では併用してみる価値があります。また、このようにして義歯の汚れを除去しておけば、義歯洗浄剤も効果的に働きます。

以上のようなお手入れを習慣にすることで、長期間義歯を快適にお使いいただけるでしょう。



奥羽大学歯学部附属病院

総合歯科 講師 松村 奈美

