



はは歯クラブだより



NO. 161

こんにちは！  医療法人 **ゆきなり小児・矯正歯科**です。

今回は前回の正しい歯みがきの仕方にぜひ加えていただきたい「**染め出し液**」についてお話します。

皆さんは「**染め出し液**」をご存知でしょうか？



染め出し液とは、みがき残した歯垢に色を付けひと目で汚れがどこに残っているのか確認を行うためのものです。

今年齢のお子さんの場合、1人では絶対にみがけませんので保護者の方のみみが直しの後にチェックとして使いましょう。

《使い方》

- ① 普段通り歯をみがきます
- ② 綿棒に染め出し液をふくませ歯全体に塗ります
- ③ 何度かぶくぶくうがいをします
- ④ 赤く染まった所がみがき残し
(お父さん、お母さんの歯みがきが苦手な所) です
- ⑤ 赤く染まった所をもう一度みがきます

みがけた！と思っけていても染め出してみると意外とみがけていなかった、ということも…



定期的に染め出し液を使う事で、みがき癖がわかります。(少なくとも週に1回はプラークチェックをしてみてください)



詳しくはホームページをご覧ください。
<文責：歯科衛生士 濱崎華果>