



海や山から夏の便りが相次いでおりますが、皆様いかがお過ごしでしょうか？
今月のSawamotoDentalOfficeNewsでは、電動歯ブラシについて特集してまいります。

●3種に分かれる「電動歯ブラシ」

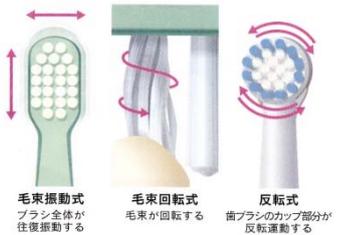
私たちはひと言で「電動歯ブラシ」とよく口にしますが、電動歯ブラシは大別すると

①高速運動歯ブラシ ②音波歯ブラシ ③超音波歯ブラシ の3つに分類されます。

①高速運動歯ブラシ：ヘッド(ブラシ部分)が機械的に往復・回転するタイプ

いわゆる「電動歯ブラシ」といわれるタイプです。内臓された小型モーターを利用したブラシの振動(毎分2,500~7,500回のストローク)で歯に付着したプラーク(細菌のかたまり)をこすり落とすように除去します。

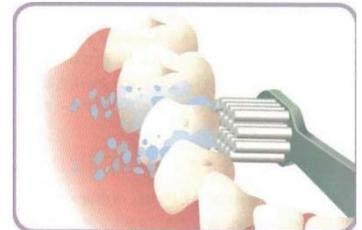
使用時には手用歯ブラシと同様に歯ブラシを動かす必要のある機種も存在しますが、手を動かさず使用するものがほとんどです。



②音波歯ブラシ：リニアモーターによる音波振動でプラークを落とす

現在電動歯ブラシの主流となっているタイプです。リニアモーター(N極とS極の切り替えを直線運動的に高速で行うモーター)により起こる毎分約3万回の音波振動がブラシを動かし、プラークをかき取ります。

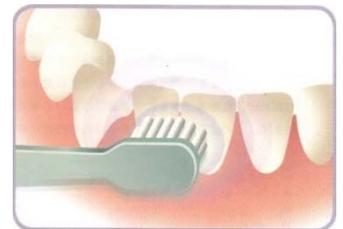
それに加え、超高速振動と、幅広い振幅によって「音波水流」を発生し、毛先の届きにくい歯間部や、奥歯などのプラークを効果的に除去します。使用時はブラシ部分が動いているので、手用歯ブラシのようにブラシを自分で動かす必要はありません。



③超音波歯ブラシ：手動+周波数の高い超音波でプラークを落とす

人間の耳には聞こえない高い周波(約1.6MHz以上)の音波である超音波を利用します。

しかし、この超音波によるプラークの除去効果は補助的なもので、ブラシを持った手を手用歯ブラシと同様に小刻みに動かす必要があり、ここが欠点ともいわれます。この欠点をカバーすべく、最近の超音波歯ブラシには「超音波モード」に加えて「超音波+振動モード」を備えた機種が登場しています。



●電動歯ブラシの使用の注意点

- ・歯磨剤は、研磨剤のない、または少ないものを使用。(電動歯ブラシ専用歯磨剤が望ましい)
- ・歯に当たるブラシに過剰な力が入らない様に気を付けましょう。
- ・1カ所に長時間ブラシを当てすぎると歯面に傷や削れが生じることもあります。歯1本あたり5秒程度を目安に磨いていきましょう。
- ・ペースメーカーを入れている方は、主治医に相談しましょう。

●おわりに

電動歯ブラシの進歩はめざましく、各社さまざまな工夫を凝らして開発研究され、販売に至っています。

これだけ種類が多くなると、皆さんが、どの機種がよいのか悩むのは当然のことです。

お口の中の状態は皆同じではありませんので、取扱説明書に記載されているようなブラッシング方法では不適なこともあります。

ちなみに、当院では「プリニア」と「ソニックアー」という2種類の電動歯ブラシを販売しております。

お持ちになっている電動歯ブラシの正しい使用方法を知りたい、自分にあった電動歯ブラシはどれか?などご質問・ご相談がございましたら、当院スタッフへお気軽にお声かけ下さい。



来月の、Sawamoto Dental Office Newsでは、「プリニア」と「ソニックアー」について詳しく特集してまいります♪♪