

洗淨剤とブラシで手入れ

おくちの相談室

【問い】父の介護を行っているのですが、この頃父の入れ歯に白色や黄色の硬いものが付いています。毎日1回入れ歯の洗淨剤に入れているのですが、不十分なのでしょうか？（諫早市、62歳男性）

【答え】入れ歯に付いているものは歯石です。恐らく入れ歯の清掃が不十分だったと考えられます。洗淨剤は1日1回で十分ですが、それだけでは完全に汚れを落としきれないこともあり、ブラシで入れ歯をきれいにすることも必要です。

理想的な入れ歯の磨き方は以下の通りです。

①洗面台に洗面器を置き水を張る（落として入れ歯を割らないようにするため）②入れ歯用のブラシで磨く（入れ歯の歯と歯の間、ばね部分は特に汚れの残りやすい部分です）③就寝前は①②に加え入れ歯の洗淨剤を使う。

入れ歯の洗淨剤にはさまざまな種類がありますので、ご使用の入れ歯に合わせて選んでください。使用の際は必ず

ま湯を使うと良いですが、熱湯は絶対に使わないでください。

部分入れ歯の場合は必ず入れ歯を外した状態で、残っている歯をよく磨いてください。入れ歯のばねが掛かっている歯は汚れが残りやすく、さらにどうしても磨きにくくなるという特徴があり、むし歯・歯周病で歯を失うリスクが他の歯より高いのです。加えて、その歯はお口の中でもかなめになっている歯であることが多いため、なくなってしまうとその後新しい入れ歯などを作ったとしても、非常に使いづらくなる恐れがあります。

歯科医院での治療は入れ歯も含め、その人その人に合わせた、いわばオーダーメイドです。今回のような不具合を見つけた場合は、かかりつけの歯科医院に一度受診することをお勧めします。もし通院が困難な場合は、自宅を訪問歯科診療を受けることもできますから、ご相談ください。

質問をどうぞ

歯と口の健康に関する質問を受け付けます。県歯科医師会の先生方が回答します（直接本人に回答はしません）。症状などを分かりやすくまとめ、住所、氏名、年齢、職業、電話番号を明記し、〒852-8600、長崎市茂里町3の1、長崎新聞社生活文化部「お口の相談室」係に送ってください。県歯科医師会のホームページは「80220なかのち」で検索できますので参考にしてください。

入れ歯の歯石

回答者 納富 拓 諫早市泉町 納富歯科医院長

