

.....  
おくちの  
相談室  
.....

【問い】最近、歯科医院以外の美容院やエステサロンでも歯のホワイトニングを行えるようですが、どう違うのでしょうか。

（長崎市、27歳女性）

【答え】歯のホワイトニングの方法には大きく分けて歯科医院で行うホワイトニングとセルフホワイトニングがあります。

歯科医院で行うホワイトニングは歯科医師や歯科衛生士などの歯科専門家が施術を行います。歯科医療における専門知識や経験を持ち、患者の口の状態（むし歯があるか、クラウンや詰め物があるかなど）を適切に評価しホワイトニングを行います。施術では高濃度の漂白剤が使用されることがありますが、これらの薬剤は歯科医師が患者の歯の状態を考慮して適切に処方し安全に使用します。専門家が施術を行うため、効果が高く安全性が確保されます。

一方、セルフホワイトニング

歯のホワイトニング

セルフは効果限定的

は患者ご自身が市販のホワイトニング製品やホームキットを用いて、自宅で施術を行います。特別な歯科の知識や経験は必要ありません。一般的には低濃度の漂白剤や歯磨き粉が使用されますが、これらの製品は市販されており、使用方法が簡単です。お手軽で費用も安く済みますが効果は限定され、安全性についても専門家が管理する場合と比べてリスクが高い場合があります。誤った使用や過度な使用は、歯の損傷や過敏症などの副作用を引き起こす可能性があります。

美容院やエステサロンでは法律でお客さまの口の中を直接触ることはできません。そのため、セルフホワイトニングの薬剤・機材を用意して、美容スタッフはホワイトニングの方法を説明、助言して行います。ご自宅で行うのと同様にホワイトニングを施術するのはお客さまご自身です。

ホワイトニングを考える際は、ご自身にとってどちらが合っているのかをよく考えて、できれば一度かかりつけ歯科医師に相談してはいかがでしょうか。

紅葉病院歯科・矯正歯科医師

（長崎市三和町）

回答者  
たなか りゅういち  
田中 隆一



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、〒852-8601、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「8020ながさき」で検索できますので参考にしてください。