

.....
おくちの
相談室
.....

【質問】 歯科医院で歯をホワイトニングしてもらうのには、どのくらいの費用と期間が必要でしょうか。市販の薬剤で効果があるものはありますか。

（南島原市、51歳男性）

【答え】 ホワイトニングは歯を削らずに薬剤を使って歯を白くする方法で、近年広く行われるようになりました。費用については保険適用外であり、歯科医院で異なります。一般的に2万円から10万円ぐらいで、施術方法などによって異なりますので歯科医院でお尋ねください。

まず、歯が着色する原因のうち、歯の表面についたステイン（着色汚れ）は歯のクリーニング（着落）で落とすことができます。タバコやお茶などの着色はこれで対応できる場合が多く、1回から数回で完了します。

一方、ステインが原因ではない変色や、クリーニングで落とせない歯の着色はホワイトニングで対応します。▽歯科医院で

ホワイトニング

施術方法で金額異なる

行う方法（オフィスホワイトニング）▽自宅で行う方法（ホームホワイトニング）▽オフィスとホームを組み合わせる方法（デュアルホワイトニング）——があります。

オフィスホワイトニングでは施術したその日に効果を実感できる場合もありますが、もともとの歯の質や色に加え、求める歯の白さは一人一人異なり、かかる期間も変わってきます。また、ホワイトニングの対象とならない歯の着色もあるため、これらを事前に相談する必要があります。いずれの方法でも時間とともに再度着色することがありますが、定期的にクリーニングやホワイトニングなどの追加の処置を行うことで白い状態を保つことができます。

また、歯科医院やドラッグストアで手に入る歯磨き剤の多くに清掃剤や研磨剤が入っており、適切に使用することで歯の着色を予防できます。しかし歯磨きでは落とせない着色なのに、それを落とそうと過剰な歯磨きをしてしまい、歯や歯肉を傷つける方が散見されます。着色が気になる方はぜひ、かかりつけの歯科医院で適切なアドバイスを受けることをお勧めします。

回答者
添野 光洋
（長崎市元船町）



添野 歯科医院院長

（長崎市元船町）

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。