



よ坊さんだより

▼3▲

今回から2回にわたって
上手に入れ歯とお付き合い
する方法についてお話し
します。

による歯茎の痛みの原因と
なります。

したがって、入れ歯を清
潔に保つことは大変重要で

入れ歯をお口に入れっぱ
なしでお手入れしないまま
放っておくと、たくさん汚
れがついてきます。この汚
れの中には細菌やカビなど

清潔さが病気を防ぐ

す。特に飲み込む能力が弱
くなってきたいるお年寄り

を付けずに磨きましょう。

が多数含まれているため、
口臭の原因になるだけでな
く、虫歯や歯周病、入れ歯

の方（要介護高齢者等）は
これら細菌やカビが気道か

入っているものが多く、付
けて磨くと入れ歯に細かい

傷がついてしまい、汚れが
入り込んでとれなくなつて

上手な入れ歯とのつきあい方①

ら気管支や肺にまで入り、
気管支炎や肺炎になること
もあります。これらを防ぐ
ためにはどのように入れ歯
をお手入れすればよいのか
についてお話ししましょ
う。

しまします。また、就寝中
には、入れ歯洗浄剤につ
けておくとさらに効果的で
す。それと、入れ歯を洗う
際には落とさないように注
意しましょう。

最後に入れ歯だけきれい
にしてもお口の中に汚れが
残っていたのではあまり意
味がありませんので、お口
の中の清掃もしっかり行っ
てください。歯だけではな
く軟らかめのブラシで舌や
歯茎を磨くとさらに良いで
しょう。

（京都府歯科医師会広報室
次長 山岡雄司）

＊「よ坊さん」は日本歯科
医師会のイメージキャラク
ターです。