



## 歯みがき粉のご紹介



歯みがき粉を使うことで、どんな効果があるの？  
種類がたくさんあるけど、どうやって選べばいいの？  
などのご質問を受けることがあります。

そこで今回は、当センターで取扱っている歯みがき粉についてご紹介します！



## 歯みがき粉の基礎知識 その1



### ～ 歯みがき粉の性状 ～

・ペースト ・ジェル ・泡(フォーム) ・液体 ・粉 など

### ～ 歯みがき粉の使用法 ～

歯みがきの時につけて使用するタイプ

歯みがきの後に塗布するタイプ



## 歯みがき粉の基礎知識 その2



### ～ 歯みがき粉の主な成分 ～

研磨剤……無水ケイ酸

湿潤剤……ソルビット

発泡剤……ラウリル硫酸ナトリウム

薬用成分…モノフルオロリン酸ナトリウム

「モノフルオロリン酸ナトリウム」以外にも、「フッ化ナトリウム」や「フッ化第一スズ」と標示されているものは、フッ化物配合の歯みがき粉です。

\*薬用成分とは…

フッ化物(むし歯予防)や、殺菌剤(歯周病予防)などの成分です。



Q. センターにある歯みがき粉は  
どういう基準で選んでいますか？

A. 市販の歯みがき粉は「フッ素配合」と書かれていても濃度(ppm)は明記されていない場合が多いです。センターで取扱っているものは濃度が明記されています。また、市販のものに比べて研磨剤や発泡剤が少ないという特徴があります。



## むし歯予防用



歯みがきの時につけて使用するタイプ

フッ素がお口のすみずみまで広がりやすいソフトペースト。

歯や歯ぐきに優しい低研磨性です。

泡立ちが少なく、歯みがきしやすいです。

センターでは  
アップル味を取扱い



大人用  
チェックアップ スタンダード  
性状：ペースト  
フッ素濃度：950ppm



こども用  
チェックアップ コドモ  
性状：ペースト  
フッ素濃度：950ppm



## 歯周病予防用



歯みがきの時につけて使用するタイプ

殺菌剤が配合されているので、歯周病を予防する効果があります。フッ素も配合されています。

発泡剤と研磨剤が入っていないため、泡立ちが少なく、歯を傷つける心配がありません。



ジェルコートF  
性状：ジェル  
フッ素濃度：950ppm

**むし歯のリスクが高い方に**

歯みがきの後に  
塗布するタイプ

特にむし歯に注意したい歯の生えはじめや矯正治療中に  
オススメなのは、**歯みがきの後に塗布するタイプ**です。

いつもの歯みがきの後に、歯全体に塗るように使用する  
ことで、フッ素がお口に残りやすいです。



チェックアップ ジェル  
性状：ジェル  
フッ素濃度：500~950ppm



**Q. うがいが苦手です。  
歯みがき粉は使えますか？**

**A. はい、使えます。**  
うがいが苦手な方でも使える泡状の  
歯みがき粉をご紹介します。



チェックアップ フォーム  
性状：泡(フォーム)  
フッ素濃度：950ppm



**Q. 量はどのくらいつけるといいですか？**

**A.** うがいができるかどうか等にもよりますが、  
基本的には年齢ごとに適切な使用量が変わります。



**2歳まで**  
(切った爪程度)

**3~5歳**  
(5mm以下)

**6~14歳**  
(1cm程度)

**15歳以降**  
(2cm程度)

**歯の質を強くしたい方に**

歯みがきの後に  
塗布するタイプ

牛乳由来成分(リカルデント)が歯の質を強くします。

センターでは歯科衛生士による歯科予防処置後に、  
患者さんのお口の状況に合わせて使用しています。

(注)牛乳、パラベンに  
アレルギーがある方は  
使用できません。



MIペースト  
性状：ペースト  
(現在センターでは取扱っていないため、  
購入できる所をご紹介します)



**最後に**

歯みがきでは、**ブラッシングで歯垢を落とすことが重要**です。

しっかり磨いた上で歯みがき粉を活用して、  
むし歯や歯周病を予防しましょう！



ご質問がございましたら、**歯科医師・歯科衛生士**へ  
お気軽にご相談ください。