



歯医者さんが教える 歯と口腔の健康管理

〔第26回〕 義歯のお手入れについて

監修／歯学博士 鹿島 健司

義歯はレジンという樹脂からできており、吸水性があるため汚れや細菌が付きやすく、また、臭いも吸着されやすいので、清掃を怠ると口臭の原因になります(写真1)。

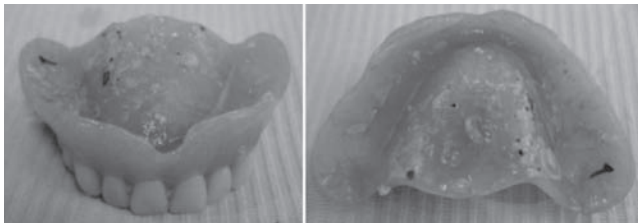


写真1 汚れがこびりついた不潔な義歯

さらに義歯性口内炎や口腔カンジダ症を引き起こしたり、部分義歯の場合は、バネ等のかかっている歯や残っている歯に悪影響を与えてしまいます。義歯のピンク色の部分の樹脂はキズがつきやすいので、歯磨き粉を使用して擦ってしまう等の間違ったお手入れをして表面をキズつけると、さらに細菌が附着しやすくなります。



写真2 歯石が沈着した義歯

写真2では、下顎の義歯の前歯の裏側に歯石がたつぷりと附着してしまっています。歯が無くなってしまっても、お口の中の細菌の代謝産物は義歯に附着してしまうのです。歯磨きを毎日するように、義歯も毎日のお手入れが必要です。できるだけ毎食後に、義歯をはずして清掃するようにしてください。

義歯のお手入れについて順番に説明しましょう。

1. 義歯をはずして水洗いをする。
まずは食べかすや、表面の唾液を洗い流します。
2. 専用のブラシを用いて義歯を清掃する(写真3)。

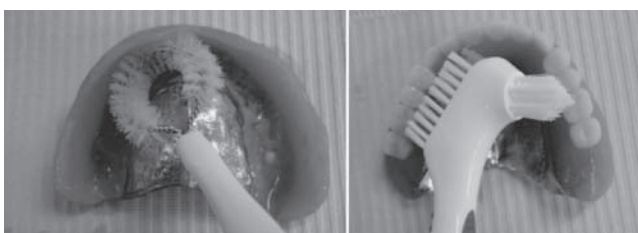


写真3 義歯ブラシを用いてブラッシング



写真4 義歯専用のみがき剤

義歯を掃除する際は、歯磨き粉は使用しないでください。研磨剤が入っているので、樹脂の表面にキズをつけてしまいます。研磨剤が入っていない義歯専用の磨き粉もあるので、使用すると効果的です(写真4)。

3. 義歯の洗浄剤に浸ける(写真5)。

洗浄剤は磨いても取れなかった汚れを除去し、殺菌消臭効果もあります。5～20分ほどで洗浄されますが、頑固な



写真5 様々な洗浄剤が販売

汚れには一晩漬けておくのが効果的です。衛生面も考慮し、就寝中は義歯をはずして、お口の粘膜を安静にさせることも大切です。

義歯にはカンジダが付着しやすく、口の中は栄養が豊富で、適温、高湿度とカンジダの生育に適していますので、義歯清掃を怠ると義歯はカンジダの温床となります。そしてひとたび免疫力が低下すると、口腔カンジダ症から全身的なカンジダ症へと進展してしま

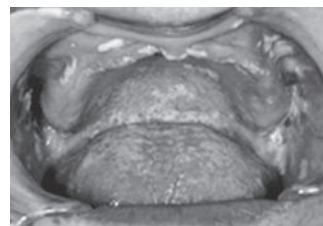


写真6 口腔カンジダ症

ます(写真6)。洗浄剤を毎日使用することで、効果的な予防が期待できます。

3. 十分な水洗いをして、洗浄剤の成分を洗い流してから、義歯を装着する。

毎日のお手入れこそが、義歯を長持ちさせるコツです。清潔にと思って義歯を高温のお湯で洗ったりしないでください。80℃以上のお湯は変形の原因になります。残っている歯のある方は、歯磨きと同時に寝る前には必ず義歯のお手入れをお願いします。また、快適に使い続けるために、半年に一度は“かかりつけ歯科医”で定期検診を受け、義歯とお口をチェックしてもらいましょう。

監修／鹿島健司(歯学博士)。1958年1月生まれ。かしま歯科医院院長 日本大学兼任講師。川口歯科医師会学術部長