

むし歯ZERO通信

令和6年11月20日
芽室町子育て支援課
子育て支援係 発行
電話 62-9733



むし歯ZERO通信では、歯と口の健康についてお伝えしていきます。是非ご家族でお読みください。

●歯のホワイトニングとは

近年、非常に人気が高まっている歯のホワイトニング。歯を削らずに漂白剤を使用して歯の黄ばみを落とし、歯の色を明るくする歯科治療法です。ある調査によると、8割以上の方がホワイトニングに興味があると回答し、9割以上の方が白い歯が魅力的に見えるると回答しました。



●なぜ白くなるのか

ホワイトニング剤の成分には、過酸化水素や過酸化尿素が含まれています。これらの成分は、歯の着色分子を分解します。着色分子が無色、または目立たない形に変化し、歯が白く見えるようになります。

●歯科で行うホワイトニングの種類

歯科で行うホワイトニングは、オフィスホワイトニングとホームホワイトニングの2種類に大別されます。

☆オフィスホワイトニング ➡ 歯科医院で行うホワイトニングです

利点 : 即効性があり、短時間で効果が現れます。

1回の施術で数段階白くなることもあります。

欠点 : 人によっては、一時的に冷たいものがしみたり、痛みを感じる場合があります。健康保険が適用されないので、高額になることがあります。



☆ホームホワイトニング ➡ 歯科医院で購入し、自宅で行なうホワイトニングです

利点 : 自分のペースで行うことができ、効果が持続しやすい。

欠点 : 効果が現れるまでに時間がかかります。

オフィスホワイトニングとホームホワイトニングを組み合わせることも可能です。より効果を感じやすくなります。

●歯を白くする歯磨き粉とは

ドラッグストアで「歯が白くなる」と書かれた歯磨き粉をよく見かけます。その多くは研磨剤という着色を削り取る成分が含まれています。研磨剤は、ほとんどの歯磨き粉に含まれていますが、使い方・選び方を間違えると歯の表面も削ってしまいます。着色を分解する成分が含まれているものを選びといいでしょう。多量の着色には効果が期待できず、日常の飲食による着色や、ホワイトニング後の予防として使用するのがおすすめです。



●効果が得られないもの

ホワイトニングは、すべての歯に効果があるわけではありません。歯の着色が内部から起きている場合（例えば、歯の神経が死んでいる場合や、特定の抗生物質（テトラサイクリンなど）の影響で内部が変色している場合）は、ホワイトニング剤で効果を得るのが難しいです。こうした場合は、他の治療法が検討されることがあります。また、被せ物や詰め物などの人工的な歯の材料はホワイトニング剤の影響を受けません。

●ホワイトニングが行えないことも

一部の人はホワイトニング剤に含まれる成分に対して敏感であったり、アレルギー反応を起こすことがあります。また歯のエナメル質が薄い場合、歯がさらに脆弱になる可能性もあります。



●歯科医院で相談してみよう

歯を白くするには様々な方法があります。自然な笑顔はとても魅力的ですが、歯の白さは健康的で若々しい印象を与えます。自分の目的や期待する効果を考慮し、歯科医院で相談してみましょう。最近では、エステサロンでもホワイトニングを行っています。歯科医院とは違い、安価なことが多いですが、安全性を考慮し低濃度のホワイトニング剤を使用しているため効果が限定される可能性があります。



素敵な笑顔でにっこり笑おう！
HA HA HA☆