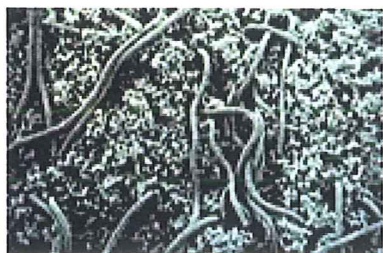


**フラーコントロール**

フラーコントロールとは、フラー（歯垢）形成の抑制や除去によりムシ歯や歯周病を予防する手段です。

右の写真は、歯の表面についたネバネバしたものでフラーの中にある細菌の塊りです。



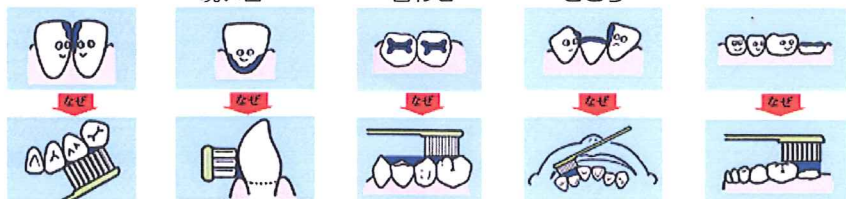
■歯ブラシによるフラーコントロール



- POINT 1 毛先を歯にきちんと当ててみがく
- POINT 2 軽い力でみがく
- POINT 3 小さきざみに動かしてみがく

■フラーの着きやすいところ＝みがき残しやすいところ

- 1、歯と歯の間
- 2、歯と歯肉の境目
- 3、奥歯のかみ合わせ
- 4、凸凹しているところ
- 5、背の低い歯



■ブラッシングの工夫例

歯ブラシの毛先を上手に使うって、口の中を観察し、自分に合ったみがき方を工夫しましょう。



つま先を使う



毛先を歯肉に向けてみがく



細かく前後に動かす



かかとを使う



奥歯の後側もみがく



縦に当てて上下に細かく動かしてみがく



斜めから当ててみがく



医療法人メディカルフォース

フォース歯科

〒007-0813  
 札幌市東区東苗穂 13 条 1 丁目 2-1  
 フリーダイヤル: 0120-130-554  
<http://www2.snowman.ne.jp>

■診療時間

月～金曜日 10:00～19:00  
 土曜日(第1,3,5) 10:00～16:00  
 休診日: 土曜日(第2,4)・日曜日・祝祭日