

ハミガキ選びのポイント

ハミガキには、様々な成分（薬用成分を含む）が配合されており、配合されている成分の働きとして、「むし歯を防ぐ」、「口臭を防ぐ」、「歯周病（歯肉炎・歯周炎）を防ぐ」、「歯がしみるのを防ぐ（知覚過敏）」、「歯石の沈着を防ぐ」、「歯を白くする」などといった『効果・効能』があります。また、同じ『効果・効能』のハミガキ、例えば同じ「むし歯予防ハミガキ」にも、『フッ素』による歯の再石灰化の促進や、『殺菌剤』による原因菌の殺菌と、配合されている薬用成分によって様々な機能があります。ハミガキのパッケージの裏面などには配合されている薬用成分や、そのハミガキの『効果・効能』が書かれていますので、下記をご覧ください、目的や気になるお口の症状に合ったハミガキをお選びください。



ハミガキの効果・効能（一例）

むし歯を防ぐ

むし歯は、歯垢の中の細菌が作る酸により歯が溶かされる病気です。ハミガキを使うと、歯垢の除去や付着防止などに効果があります。また、細菌の繁殖を抑制する殺菌剤や、歯の再石灰化を促進する働きのあるフッ素、歯を再石灰化する薬用ハイドロキシアパタイト、歯垢を分解する酵素を配合したハミガキも効果的です。

口臭を防ぐ

口臭は、主に口の中の汚れ（歯垢など）が原因です。汚れを取り除き、口中を清潔にすることである程度予防できます。また、殺菌剤配合のハミガキで、原因菌を殺菌するのも効果的です。

歯周病（歯肉炎・歯周炎）を防ぐ

歯周病は、歯垢や歯石の沈着が原因で、歯ぐきが腫れたり、出血したりして、最終的には歯が抜けてしまう病気です。ですから、原因となる細菌の殺菌や、炎症の抑制などの働きをもつ各種薬用成分を配合したハミガキを使用することは、歯周病を予防する上で効果的です。

歯がしみるのを防ぐ

歯周病などで歯ぐきが退縮して歯の根元（象牙質）が露出することで、刺激が神経に伝わり歯がしみる知覚過敏症状になることがあります。刺激の伝わりを抑制する薬用成分配合のハミガキが効果的です。

歯を白くする

歯が黄色や褐色に着色する汚れはステインと呼ばれ、飲食物中の色素やタバコのヤニが原因です。ハミガキを使ってブラッシングすることで、ステインを取り除き、歯本来の色を取り戻すことができます。また、ヤニを除去する薬用成分配合のハミガキも効果的です。

歯石の沈着を防ぐ

歯石は、歯垢が唾液中の成分によって石灰化してできる物質で、歯ぐきを刺激して、腫れや出血を引き起こす原因になります。歯石を防ぐには、ハミガキを使ってブラッシングすることで、原因となる歯垢を取り除くことが重要です。また、石灰化を抑える薬用成分を配合したハミガキも効果的です。

洗口液・液体ハミガキについて

洗口液や液体ハミガキにも、上記のような効果・効果を持つ薬用成分などが含まれています。液体の特長としては、水ですすぐ必要がなく、お口のすみずみに薬用成分がいきわたりやすいことなどがあります。

