



！口臭、イヤですね！

口臭の自覚がある方

口腔内の歯周病が原因

口臭の自覚がない方

全身的な病気によるもの



口臭を抑えるには、食事後なるべく早く歯を磨き、できない場合は口をすすぎ、食べかすを除去する事が大切です。又、唾液でも口臭を減らしますので、1回の食事で噛む回数を多くする事により、唾液の分泌を促します。

残念ながら、歯磨きでは頑張っても60%程しか磨けていないと言われています。
そこで**歯科医院での定期検診で、少しずつ溜まってしまった磨き残しを全て除去し、口腔内環境を整えていきましょう！**

患者さん自身でできる改善方法

- ★食後の歯みがき
- ★舌の清掃
- ★義歯の洗浄

歯科医院でできる改善方法

- ★歯茎の中に入り込んだ細菌の除去
- ★歯ブラシで落とせない歯石の除去