



知りたい！ステイン除去！



ステインとは??

歯の表面につく着色汚れのこと。歯を茶色くくすませ、見た目には悪い為嫌われもの。エナメル質の表面は普段ペリクルという薄い膜に覆われているが、この膜に食べ物・飲み物の色素が染み付いたものがステイン。コーヒー、紅茶、タバコのヤニ、カレーやトマトソースなどの濃い色は沈着しやすい。歯の表面に付着しているだけで病気ではなく、治療の必要はない。擦って除去するが、やりかたを誤ると、大切なエナメル質を削ったり傷めてしまうことがあるので要注意！！

着色しやすい飲食物や薬

- ・赤ワイン
- ・チョコレート
- ・大豆製品
- ・ココア
- ・バナナ、りんご、ぶどう、柿など
- ・ブルーベリー、プルーンなど
- ・お茶（緑茶、ウーロン茶、紅茶など）
- ・コーヒー
- ・ネギ、にんにく
- ・緑黄色野菜
- ・うがい薬
- ・カレー



ステイン除去の注意！

ステインを取る為毎日ゴシゴシ擦りすぎると、エナメル質が薄くなります。エナメル質が減ると象牙質に刺激が伝わりやすく知覚過敏になりやすくなってしまいます。そのうえ象牙質の濃い色が透けてかえって黄色く見える歯に。毎日のゴシゴシみがきで歯の表面に細かい傷がつくと、そのデコボコにステインが入り込むことでさらに着色しやすく、除去しにくくなります。

着色が気になる方向けの歯磨き粉などありますので、気になる方は是非ご相談ください。