

# 歯周病の予防研究から生まれた「つまようじ法」

歯周病（歯肉炎や歯周炎）の予防には、歯ぐきをマツサージすること大切です。そのためには、つまようじを使う要領で歯と歯の間を磨く「つまようじ法」が効果的です。

「つまようじ法」のマツサージ効果で歯と歯の間の歯ぐきが強くなります。



## 磨き方 1



歯ブラシの毛先を歯に対して**上の歯は毛先を下に、下の歯は毛先を上**に向けて、歯と歯ぐきの境目に当てます。

## 磨き方 2



歯と歯の間のすき間の大きさに合った毛の量が入っていきます。



そのまま、毛先で突っくようにして、歯と歯の間に歯ブラシの毛先を入れます。この要領で毛先を歯間に「入れて、出して」と1カ所ですべて7～8回くり返します。

## 磨き方 3



●奥歯や歯の裏側は歯ブラシの先のほうを使って毛先を歯間に入れし、同じように磨きます。  
●歯面や奥歯のかみ合わせの部分など、部位によってはつまようじ法以外の磨き方も用いて磨いてください。

磨き方を動画で見られます ▶ つまようじ法

## つまようじ法を行うと

- 歯ぐきからかなり出血することがありますが、出血は通常1～2週間で止まります。（これは、マツサージの効果で歯ぐきが強くなるからです。）
- 歯周病で腫れていた歯ぐきかひきしまつてくるため、歯ぐきか下かつてくることがあります。
- 1日に1回は7～8分ほどかけていていぬいに磨くことをおすすめします。
- つまようじ法は歯周病の予防と治療のための磨き方です。
- つまようじ法をつづけていて、万が一症状が悪化したと感じられる場合は歯科医師にご相談下さい。



**pmj** 「つまようじ法」歯ブラシ

**V7** **グアイセザン**

生涯自分の歯で...

Tooth brush  
FOR PREVENTION OF  
GUM DISEASES



●柄のカラーはリキュラー・コソバツト共5色  
ホワイト・イエロー・ピンク・ブルー・グリーン

**歯間に入りやすい V型2列植毛**

毛先が歯と歯の間に入りやすいよう設計。つまようじ法をおこなうことにより、歯垢を効果的に取り除くとともに、歯ぐきをマツサージできます。

**毛が長持ち 長持ちキヤップ**

両側の突起が毛先のひろがりをおさえ、歯ブラシが長持ちします。もちろん、携帯にも便利です。（特許登録済）

## こんな方におすすめ

- 歯周病（歯肉炎や歯周炎）が気になる方。
- 口臭が気になる方。
- 歯間ブラシや糸ようじは面倒で、長続きしないという方。
- 普通の歯ブラシでは奥歯など細かいところが磨きにくいという方。
- 矯正中で、普通の歯ブラシでは磨きにくいという方。

- 希望小売価格/1本 263円  
(本体価格250円+税)
- 商標登録・意匠登録済
- 日本製

柄の材質	毛の材質	キヤップの材質	耐熱温度
ポリプロピレン	ナイロン	ポリプロピレン	80度