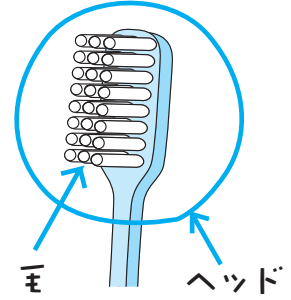


ハブラシの選び方と交換時期

どんなハブラシが良い？

毛のかたさ

やわらかめ～ふつう
 歯や歯ぐきの状態によって違うので、
 歯科衛生士にご相談ください。

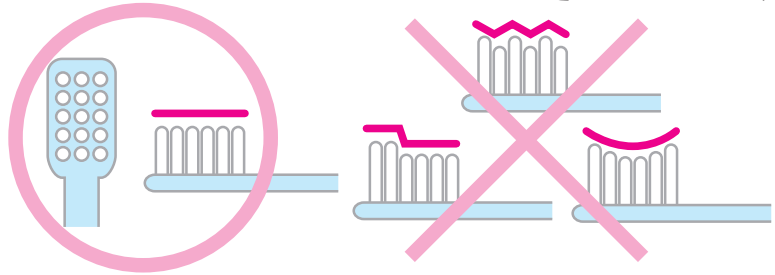


毛束

3列のタイプが磨きやすい

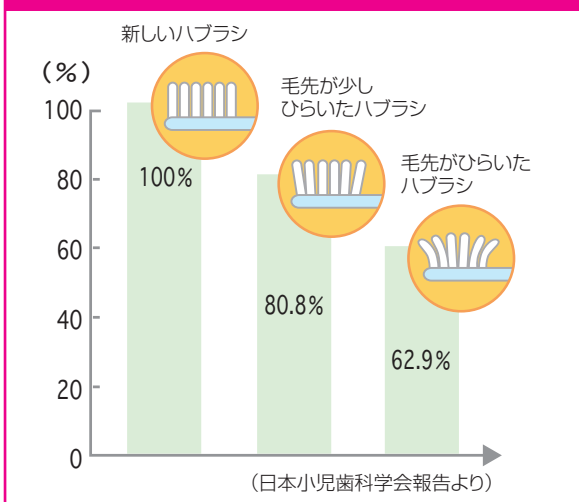
ヘッドの大きさ

小さめ
 ストレートのタイプ

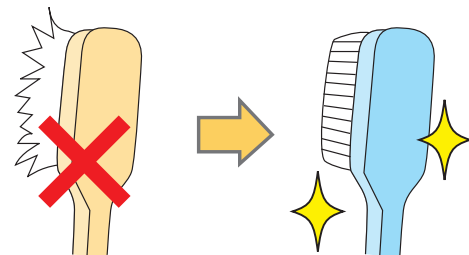


毛先の開いたハブラシを使うと…？

ハブラシの開き具合によるプラーク除去率



毛先が開いたハブラシでは、どんなに正しくブラッシングしても、磨いているようで実は磨けていません。さらに開いてしまった毛先が歯ぐきにあたることで歯ぐきが退縮し、露出した歯の根元からムシ菌になることもあります。



ハブラシの交換時期は？

- **ハブラシ交換の目安はおよそ1ヶ月!**
 (1日3回のブラッシング)
- ハブラシを後ろから見て、毛先がヘッドの台座よりはみ出して見えるようになると、取替えのサインです。毛先の開いたものは、早めに交換しましょう。
- 1ヶ月もたたないうちに毛先が開いてしまうのは、ブラッシングに力を入れ過ぎです。軽い力で磨きましょう。
- 毛先が極端に細くなっているもの(システムタイプ)は使い方、使用目的が違うと効果がありません。

