

お口の健康そこが知りたい 85

協力・鶴岡地区歯科医師会

鶴岡市では介護予防を目的に「いきいき百歳体操」を行ない、「お口の健康」についての講演も行なっています。講演後に多くの方からいただいた質問にお答えします。

今回は入れ歯安定剤についてです

1 安定剤を使う前に

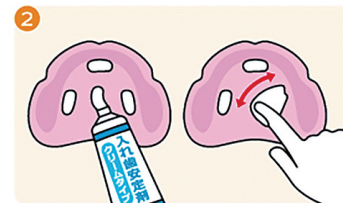
まず今お口に入っている入れ歯が問題なくお口に合っているか？をまず確認する事をお勧めします。長く使っていて顎が痩せている、部分入れ歯でバネがかかっている歯の状態が違っている等、入れ歯を修理するか新しく作る必要がある時に安定剤に安易に頼っていると大変です。ちゃんとお口に合った入れ歯を更に心地良くする為のものだと考えましょう。

2 安定剤の選択

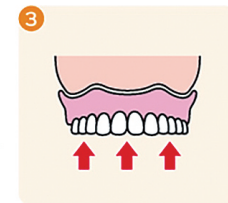
大きく分けて2つのタイプがあります。安定剤の説明書に**密着型(クッションタイプ)**か**粘着型(クリームタイプ)**という表示がされているはずです。**お勧めするのは、粘着型のほうです。**唾液の水分を吸って外れにくさを発揮するというものです。唾液の出ない人の場合は、ジェルタイプのものがあります。水で洗えば流れてしまう為、その都度使う手間がありますが、密着型の安定剤で問題となる、入れ歯にこびりついて咬み合わせがズレたり、安定剤が汚れた状態で残り、顎の粘膜が腫れるといった事が起こりにくいと考えられます。



入れ歯のお手入れ後、入れ歯の水分を除去する。



クリームタイプの義歯安定剤を、入れ歯の土台の歯ぐきに接する側に薄く塗布する。グローブに安定剤がくっついてしまうようなら手洗いと消毒をした素手で塗りましょう。
※クリームタイプの義歯安定剤を塗りすぎてしまうと、入れ歯からはみ出してしまいます。使い始めは、少なめに使用するようにしましょう。



入れ歯をお口に入れて、安定するまで1分間ほど押さえる。

はじめよう! やってみよう! 口腔ケアHPより

3 どの位使うか

お口に合った入れ歯に正しく安定剤を使う場合、その量は小豆大で十分です。

詳しくは、かかりつけの歯科医院にご相談ください。