

## こんなにもフロスが楽しいなんて！ うちでの合言葉はフロスをしたら歯磨き終了。 難しいフロスからの脱却、フロスが習慣化へ。

フリーランス  
医療法人 BEACH PARK  
佐藤歯科医院  
非常勤勤務  
歯科衛生士 **北原 文子**



毎日の診療で歯科衛生士が行うメンテナンスでは、ブラークコントロールは欠かせないものです。

私の担当する患者さんに「口腔ケアに使用しているグッズ」のアンケートを取ってみると、1位 歯ブラシ 93.2% 2位 デンタルフロス 41.1% 3位 洗口剤 39.8% 4位 歯間ブラシ 34.3% となりました。私自身、指導の際には歯ブラシとデンタルフロスはセットで指導しています。隣接面のカリエス予防や歯周病ケアを合わせて考えるとデンタルフロスは欠かせないものだからです。しかし実際の臨床現場では、デンタルフロスの普及率が低いとも感じています。ではなぜデンタルフロスが定着しにくいのか？また患者さんはデンタルフロスにどのような悩みをもっているのかを前出のアンケートの際に直接患者さんに聞いてみました。

するとどうでしょう、「習得するまである程度時間がかかる。」「使用方法が難しい」という意見が多く出てまいりました。しかし使用してみると「口臭が減った。」「すっきり感が気持ちいい。」などの意見も聞くことができました。

関心や興味だけでは中々続かず、その原因の一つにはやはり「デンタルフロスの使用方法の難しさ」があげられるかと思いました。

さらに聞いてみると挿入が怖い、口腔内に指を入れるため手が汚くなる、そしてデンタルフロスの重要性を知らない方々が多いのも事実でした。そもそもデンタルフロスの目的は、歯の隙間に詰まったものを除去するのではなく、歯の表面に付着したブラークを取るのが目的で使用します。歯の表面をこするようにしてブラークを剥がしとるものなのですが、患者さん自身、使い方が間違っていれば毎日フロスを使用しても虫歯や歯周病予防にならない可能性もあります。また、この歯の表面に付着しているブラークを剥がし落とすための上下運動がとても難しく、歯に詰まったものだけのケアに使っている人や、フロスを通しただけで終了している方も多いのが現状かもしれません。

しかし、この難しいいくつかの問題をなんなくクリアしてくれるデンタルフロスがあるのです。それが、ガムチャックスです。

この製品に出会って子供でも自身で簡単に挿入し歯の湾曲に合わせてフロスを使用することができることにびっくりしました。実際私の姪にも使用してすぐ定着したガムチャックス。もちろん、モチベーションの上がる容姿にも秘訣があるのかもしれませんが。使う度にテンションがあがります。楽しんでフロスをするのがこんなにも簡単にできるなんて、まさにデンタルフロス革命！一番のお気に入りがしっかりと上下運動ができること。そのためブラーク除去効果が期待できる点です。親御さんが仕上げ磨きに使用するときも自身の指を口腔内に入れることなく使用でき、視野の確保がきちんとできるため子供が痛がらないこともお勧めポイントです。

ガムチャックスは、患者さんや本人のモチベーションアップとともに結果をきちんと出すことができるケアグッズの必須アイテムになることでしょう。



歯面に沿ってフロスが動く



ホルダーがあるので操作と挿入が簡単



三姉妹の歯磨き必須アイテムは TePe とガムチャックス