

永久保存版 審美・矯正
厳選歯科医リスト 700

美しい白い歯で人生が変わる!

オール
カラー 詳細解説

全国版

先端歯科 クリニックガイド

タレントのような
キレイな歯になる方法!



芸能人 インタビュー

きれいな歯をキープする秘訣を明かす!
歯のお手入れとこだわり

宮坂絵美里／リサ・ステッグマイヤー／桃華絵里
小森純／武田修宏

こんな歯医者を探していた!!

スーパークリニック紹介

ジルコニアセラミックス
開発最前線

専門ドクターに聞く

Q&A歯科治療
素朴な疑問40

Q&A

Q&Aで知る『美しい歯になる歯科治療』

ホワイトニング

Q クリーニングとホワイトニングは、どう違うのですか？

A クリーニングできれいにして、ホワイトニングで白くします。

クリーニングは、歯の表面の汚れ、歯垢・歯石を取り除きます。歯に付いた汚れやくすみを取ることで、ご自身の歯の色に戻すことです。

クリーニングの後にホワイトニングを行います。歯に付いた汚れやくすみを取ることで、ご自身の歯の色に戻すことです。

ホワイトニングは、薬の効果によって歯を白く（明るく）することです。歯科医院では漂白剤を塗って一定時間光を当ててという施術をします。昔はレーザーを長時間当てていたので大変でしたがが、今は光を当てておけば大丈夫になりました。「12分の照射を3回」が1クールで、それを3回。漂白剤中の触媒が、光によって反応を起こすのです。

ホワイトニング時は、基本的に表面はできる限り削らずに施術を行います。ただ例外的に歯の表面にシワがある人は難しいですね。テトラサイクリンという薬

剤を子供の頃に使った方に多い症状となります。歯の表面を削ってセラミックを貼る「ラミネートベニア」という治療が効果的な場合もあります。

しかし、できる限り削らずに全部の歯を白くできたら嬉しいですよね。最近の傾向としては、結婚や就職など、人生の節目である時期に治す方が増えています。

日本人は全体的に歯が黄色い人が多い

のですが、ホワイトニングの効果が出るのも早いといえるでしょう。グレーの

ケースの方の場合、効果が出るのは遅いですね。

最近は50歳を過ぎてからから行う人も増えています。白くするということにはアンチエイジングの効果もあります。□

元が明るくなると、印象が若くなります。

ただし、治療がしてある詰めものや被せものは、ホワイトニングでは白くすることができます。

A 妊娠中・授乳中の方
Q 薬剤による身体への配慮や副作用はありませんか？

妊娠中・授乳中の方以外は安全です。

ホワイトニング剤の主な成分は、過酸化水素や過酸化尿素です。過酸化水素は食品容器の消毒等にも用いられています。

Q 市販のホワイトニング剤では効果はないのですか？

A 残念ながら、ありません。

普通に市販されている歯磨きペーストには汚れを取ることはできても、ホワイトニングの効果はありません。並行輸入された物やネット上で購入された薬剤には使用後にトラブルが生じる可能性がありますので注意が必要です。ホワイトニングの薬剤は市販のものとは違います。

ホワイトニングの際に避けた欲しい食品・飲料は、食品・飲料ではカーライス、コーヒー、赤ワインなど。酸性食品は柑橘類、ヨーグルトのほか、たまごもホワイトニング効果を長期的に持続させるためにも、できるだけ控えられることをお勧めしています。

Q 治療期間中、食事に制限はありますか？

A 色の濃い食品や飲料、酸性食品は避けて。



中川 孝男
中川歯科クリニック

1982年 福岡歯科大学卒業
1994年 中川歯科クリニック開業
1998年 日本歯咬合学会第16回学術大会 優秀発表賞受賞
日本歯咬合学会 指導医
日本先進インプラント医療学会
インプラント医療専門医
口腔医学会認定医

Q

ホワイトニングには、どういう方法があるのですか？

A

院内での施術と家でのケアがあります。

ホワイトニングの需要は年々多くなっています。口元を明るくすると表情が変わると、ニコラと歯を見せて笑えるようになります。

ホワイトニングには、オフィスホワイトニングとホームホワイトニングがあります。オフィスホワイトニングは、歯科医院で施術します。ホームホワイトニングより効果の高い薬を使用するので、短時間でホワイトニングすることができるため、短期間で歯を白くしたい方にお勧めです。

ホームホワイトニングはマウスピースを作成すれば、通院しなくても自宅でホワイトニングすることができます。マウスピースに薬を塗布し、数時間装着することで気軽にホワイトニングすることができます。薬はオフィスホワイトニングの約1/10の濃度で安心して行えますが、白くなるまでに時間がかかります。

ホワイトニングする際には、上の歯と下の歯を別々に行うことが多いです。そうすることで、ホワイトニングの効果を実感することができ、患者さんのモチベーションにもつながります。

ホワイトニング治療手順



また銀歯がある場合には、もし銀歯を白い歯に替える場合でも、先にホワイトニングをやります。その後で銀歯を変えます。そうするとマウスピースは合わなくなってしまいます。あとで被せるもの白さを合わせることが容易になるからです。詰めものや被せものに関しては、技工士の技術でとても正確に色を合わせることができます。ホワイトニングに予測はできません。白といつても色々なことが出てしまいホワイトニングを継続することはできません。強い漂白剤を使うと白くなるのですが、すごく痛い。「できません」とおっしゃる患者さんもいます。トータルで言うと結局時間がかかるため、日本人にあったホワイトニング剤を選択する必要があります。

日本人は欧米人に比べてエナメル質の厚みが薄いと言われています。欧米人用に作られたホワイトニング剤は、効果は高いのですが、「歯がしみる」ような痛みが出てしまいホワイトニングを継続することはできません。強い漂白剤を使うと白くなるのですが、すごく痛い。「できません」とおっしゃる患者さんもいます。その後は歯の表面があれらのような状態になりますが、その後にMIペーストという、再石灰化を促進させる薬を3分間塗つてあげると表面がツルツルになります。痛みの防止にもなります。

Q

人によっては痛みますが、防止する方法があります。

A

か？

以前は過酸化水素を使うので歯をもろくするのではないかと言われたことがあります。ホワイトニングを中止すると痛みは改善します。

また、歯の根っここの部分が見えている人は、その部分にはエナメル質がないので、します。その場合はしみるのを抑える薬があるので、それを塗つて痛みが治まった状態になつてから漂白するか、漂白剤がつかないようプロテクタを上げるなどの方法があります。また、漂白の後は歯の表面があれらのような状態になりますが、その後にMIペーストという、再石灰化を促進させる薬を3分間塗つてあげると表面がツルツルになります。痛みの防止にもなります。



患者も確認しながら治療を受けることができる。

オフィスホワイトニングとホームホワイトニングを併用するデュアルホワイトニングを行うと、短時間で歯を白くすることができます。ホームブリーチングだけで行うほうが、費用的には半分以下になります。ところが、なかなか白くなるのを実感できないので長続きしません。「今日やらなくていいけど、明日はやろうね」と指導しますが、どうしても患者さんのやる気任せになってしまいます。やはりオフィスホワイトニングとの組み合わせのほうが明らかに効果を実感できますので、ホームホワイトニングのほうも熱心にできるようになります。

白くなると、「私、白くなってる?」など、皆さん、つい身近な人に尋ねることが多くなるようです。それは自分でも実感できているからでしょうね(笑)。白くなっていると思っていなかつたら聞けませんから。そうなつてくればよりモチベーションは上がります。

オフィスホワイトニングとホームホワイトニングを行って、短時間で歯を白くすることができます。ホームブリーチングだけでは行うのが、費用的には半分以下になります。ところが、なかなか白くなるのを実感できないので長続きしません。「今日やらなくていいけど、明日はやろうね」と指導しますが、どうしても患者さんのやる気任せになってしまいます。

オフィスホワイトニングとホームホワイトニングを行って、短時間で歯を白くすることができます。ホームブリーチングだけでは行うのが、費用的には半分以下になります。ところが、なかなか白くなるのを実感できないので長続きしません。「今日やらなくていいけど、明日はやろうね」と指導しますが、どうしても患者さんのやる気任せになってしまいます。

オフィスホワイトニングとホームホワイトニングを行って、短時間で歯を白くすることができます。ホームブリーチングだけでは行うのが、費用的には半分以下になります。ところが、なかなか白くなるのを実感できないので長続きしません。「今日やらなくていいけど、明日はやろうね」と指導しますが、どうしても患者さんのやる気任せになってしまいます。

A オフィスとホームで併用することが効果的です。

Q 短期間で歯を白くする方法はありますか?

美しい歯になる歯科治療

ホワイトニング

患者も確認しながら治療を受けることができる。

A 完璧に白さをコントロールはできません。

Q 歯の白さが気に入らない場合、修正はできますか?

美しい歯になる歯科治療

ホワイトニング

患者も確認しながら治療を受けることができる。

美しい歯になる歯科治療

ホワイトニング

患者も確認しながら治療を受けることができる。

美しい歯になる歯科治療

ホワイトニング

患者も確認しながら治療を受けることができる。

美しい歯になる歯科治療

ホワイトニング

患者も確認しながら治療を受けることができる。



ホワイトニングをバーチャルに体験中

美しい歯になる歯科治療

ホワイトニング

患者も確認しながら治療を受けることができる。

美しい歯になる歯科治療

ホワイトニング

患者も確認しながら治療を受けることができる。

美しい歯になる歯科治療

ホワイトニング

患者も確認しながら治療を受けることができる。