

みやた歯科通信 2010.4.15



特集：電動歯ブラシっていい歯ブラシ？

電動歯ブラシには大きく分けて3種類あります。→〔電動〕〔音波式〕〔超音波式〕
手磨きの一般の歯ブラシを含め4種類の歯ブラシにはそれぞれに長所・短所があり、またお口の中の状態や生活スタイルによってもどのタイプを選ぶと良いかが異なります。

電動歯ブラシは、毛先が振動しているため、正しい磨き方をすれば磨く時間を短縮でき、より歯垢を取り去ることもできる歯ブラシです。逆に言えば、同じ時間でより多くの歯垢が取れます。使用後に歯がツルツルになってそれがクセになる方も多いとか。

さらに音波式・超音波式の歯ブラシは、手用・普通の電動タイプではできない、「細菌のかたまり(バイオフィルム)を破壊する」という効果もあります。宮田歯科では、その音波式・超音波式歯ブラシがおすすめです。が、超音波歯ブラシのほうは現在、主要2メーカーで本体の生産が終了しており、在庫のみの取り扱いになっています(替えのブラシは3年先まで生産されているようです。終了の理由は「採算が取れず撤退」だそうです)。

しかし、電動歯ブラシも単純に良いばかりではありません。「正しい磨き方ができれば良い歯ブラシ」なのです。振動が歯に伝わって“磨けた気がする”為、かえって磨き残しをつくる場合も多いのです。また、電動を使えば全ての場所の歯垢除去ができるというわけではなく、清掃補助用具(糸ようじや歯間ブラシ)を使わなければなかなか届かない場所の汚れもあります。

上記にあげた4種類の歯ブラシの比較するとこんな感じです。

	歯ブラシ	電動歯ブラシ	音波歯ブラシ	超音波歯ブラシ
しくみ	直接毛先で汚れに触れて落とす	直接毛先で汚れに触れて落とす	音波の高速振動により、水分があるとそこに気泡を発生させ、泡がつぶれるときにも汚れを落とす。→毛先が触れていない周囲2mm程度の部分まで汚れが落とせる	音波歯ブラシと同じしくみで、振動がより高速。
使い方	歯に当てて、小さく動かす	歯に当てておくだけ(細かく動かさなくて良い)	歯に当てておくだけ(細かく動かさなくて良い)	歯に当てて、小さく動かす
利点	<ul style="list-style-type: none"> 種類が豊富なので、個人に合ったブラシが選べる 細かい動きがしやすい 	<ul style="list-style-type: none"> 手を細かく動かさなくて良い 	<ul style="list-style-type: none"> 手を細かく動かさなくて良い <u>音波が口の中の細菌のかたまりを破壊する</u> 着色なども落とすことが可能 	<ul style="list-style-type: none"> <u>音波が口の中の細菌のかたまりを破壊する</u> 細菌を歯面に付着させやすくする歯垢の成分も除去できる 着色なども落とすことが可能 歯ぐきのマッサージ効果も期待できる
欠点	きちんと磨くのにかかる時間がかかる	<ul style="list-style-type: none"> 磨けている気がして、実際あまり磨けていないことがある 重い ・高価 	<ul style="list-style-type: none"> 磨けている気がして、実際あまり磨けていないことがある 重い ・高価 	<ul style="list-style-type: none"> 磨けている気がして、実際あまり磨けていないことがある 重い ・高価 電動だが手磨きのように細かく動かす必要がある


●歯ブラシたちと上手につき合って、一緒に虫歯や歯周病と戦いましょう！●


「正しい磨き方」のコツなど、気になることがあれば歯科医師・衛生士にお気軽にご相談ください♪


◎ウラ面で最新機種の電動歯ブラシを紹介します

最新電動歯ブラシ紹介

※売りや重さは最新機種のものです


商品名	音波式 ソニックアー	
販売会社	フィリップス	
重さ	135g	
値段	1万円前後	
タイマーの機能	5つのモードで1~3分磨く	
売り	<ul style="list-style-type: none"> ・高速水流が歯間汚れも落とす ・ステイン(着色汚れ)も落とす ・紫外線ブラシ除菌機能付充電器 ・手みがきの半分のブラッシング圧なので歯茎を傷めない 	
インターネットでの口コミ	<ul style="list-style-type: none"> ・振り幅が広いので、軽くなぞるだけで磨ける ・ブラシが大きい ・振動が強め 	

商品名	音波式 ドルツ	
販売会社	パナソニック	
重さ	130g	
値段	1万円前後	
タイマーの機能	30秒で1回	
売り	<ul style="list-style-type: none"> ・イオンの力で微弱電波で汚れを引き寄せて落とす ・押し当てすぎると弱くなる当てすぎ防止機能 ・0.9mm幅の微細振動 ・本体を丸ごと洗えるので衛生的 ・日本人の歯並びを考慮して製作されている 	
インターネットでの口コミ	<ul style="list-style-type: none"> ・振動が大きい ・替えのブラシが豊富 ・お気に入りの人が多いようです 	

商品名	音波式 メディクリーン	
販売会社	オムロン	
重さ	100g	
値段	1万円前後	
タイマーの機能	2分タイマー 20秒ごとにランプ点灯	
売り	<ul style="list-style-type: none"> ・3D加速度センサーが磨いている部位を認識し、毛先の振動の速度をその部位に合った振動に調節する ・45度で磨く大切さをわかりやすく、45度をランプでお知らせ ・本体丸洗いできるので衛生的 	
インターネットでの口コミ	<ul style="list-style-type: none"> ・音が静か ・軽い ・やや壊れやすい? 	

商品名	電動 オーラルB	
販売会社	ブラウン	
重さ	173g	
値段	1.5万円前後	
タイマーの機能	2分磨くとスマイルマークが出る	
売り	<ul style="list-style-type: none"> ・3D丸型回転ブラシで菌垢を取り除く ・しっかりクリーンモードで菌垢除去率最大99.7% ・歯間ワイパーが歯間に入り菌垢を除去 ・押し付け防止センサー・加圧ストッパーで歯茎を傷めない ・歯磨きナビ付 ・防滴加工 	
インターネットでの口コミ	<ul style="list-style-type: none"> ・ツルツルの持続が長い ・ブラシが大きい ・お気に入りの人が多いようです 	

商品名	超音波式 ウルティマ	
販売会社	東レ	
重さ	82g	
値段	1.8万円前後	
タイマーの機能	45秒ごとにお知らせ機能	
売り	<ul style="list-style-type: none"> ・菌垢を浮かし、菌垢の中の細菌も一緒に飛散させる ・振動がない超音波のみのモードもあり ・種類によってはつくりはライオン製と同じものようです 	
インターネットでの口コミ	<ul style="list-style-type: none"> ・菌垢が良く取れていると感じる ・出血していたのが治まった ・丸洗いできた 	

商品名	超音波式 システムウルトラソニック	
販売会社	ライオン	 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;"> ライオンでの購入はできない為、在庫があるところのみ購入可能 </div>
重さ		
値段	1.5万円前後	
タイマーの機能	3分後に自動ストップする	
売り	<ul style="list-style-type: none"> ・中程度以上の歯周病の方におすすめ ・骨や皮膚の創傷治癒を促進する効果が確認されているため、歯周病の治りを促進し、予防的に働く ・再発性アフタ性口内炎の治りが早くなる ・丸洗いできるので清潔 ・種類によってはつくりは東レ製と同じものようです 	
インターネットでの口コミ	<ul style="list-style-type: none"> ・磨き心地がやわらかい ・着色が減った ・歯の表面がつるつるとしてきた ・歯槽膿漏のむずがゆさが減少した 	

※価格は目安です、種類やお店によって値段にばらつきがかなりあります。

※インターネットでの口コミは使用者によって良い・悪いとのコメントがあり、磨き方の上手・下手や好み・その方の症状もあるのであくまで参考です