



よこやま歯科の

選べる！

ホワイトニング

ためしにしてみたい人に・・・

手軽な

レーザーホワイトニング

通院回数を減らしたい人に・・・

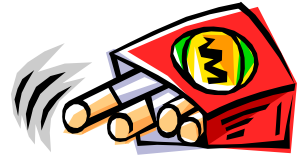
おうちでできる

ホームホワイトニング



歯の着色とは…？

指で触るとつるつるしている歯でも、細かい目で見るとでこぼこしていて、この小さなでこぼこに着色物質が沈着します。コーヒー、紅茶、お茶、煙草などを嗜好する人はどうしても着色しやすくなります。



着色の程度は、歯磨きの状態、着色物質の摂取量などによって個人差があります。また、磨きにくいところは着色物質がたまりやすいので歯並びも影響します。

着色の落とし方

歯の着色は外来の着色物質が原因なので、ご家庭の歯磨きである程度は落とせます。それでも落ちにくい場合は、特殊な研磨剤を使って着色を落とします。これらは、市販のホワイトニング専用の歯磨き粉を使用すればご家庭でもできます。

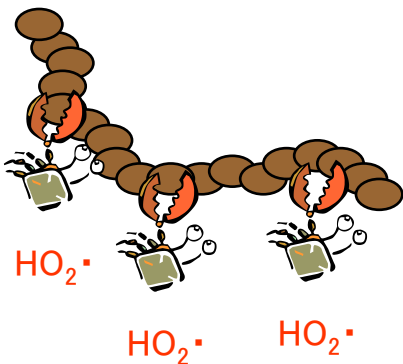
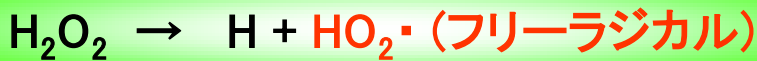
それでも着色が気になる場合は…

薬剤(過酸化水素、過酸化尿素)を使って、化学的に着色を落とします。



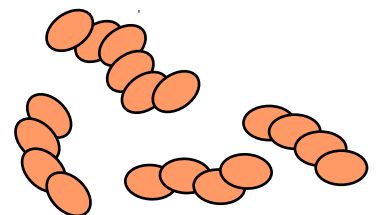
ホワイトニングの原理

基本は**過酸化水素**や**過酸化尿素**から発生した**フリーラジカル**による酸化還元反応です！



高分子量の有機物
→着色が強い

* **フリーラジカル**は電子の取れた 非常に不安定な分子です。他から電子を奪う力、つまり酸化作用がつよく、ホワイトニングはそれを応用しています。



低分子量の有機物
→着色が弱い

よこやま歯科のホワイトニング

ホワイトニングには大きく分けて、通院して行うオフィスホワイトニングと自宅で行うホームホワイトニングがあります。

通常のオフィスホワイトニングは高濃度の過酸化水素をするので術中・術後に強い痛みが出ます。よこやま歯科のオフィスホワイトニングではホームホワイトニング用の低濃度の過酸化尿素をレーザーで活性化するレーザーホワイトニングを行っており、痛みがほとんどありません。

ホームホワイトニングは専用のマウスピースを作成して、それにホワイトニング薬剤を塗って行います。薬剤の濃度が高いとホワイトニングの効果は上がりますが痛みも発現しやすくなります。よこやま歯科では3種類の濃度を用意しており、患者さまの状態に合わせて使い分けています。

レーザーホワイトニング と ホームホワイトニングの比較

	レーザー ホワイトニング	ホーム ホワイトニング
通院回数	4~5回	2~4回
処置時間・期間	診療室で30分 2~4週間	自宅で2~8時間 2週間
痛みの程度	ほとんど無し	軽度
効果の持続	4~8か月	1~2年
費用（消費税込）	12600円	26250円

レーザーホワイトニングの手順

- 1) ブラシで歯の表面の汚れを落とす
- 2) 歯の表面を乾燥し、レーザーを10秒照射
- 3) 歯にホワイトニングの薬剤を塗り、レーザーを10秒照射
- 4) 10分間放置し、薬剤を反応させる
- 5) ホワイトニングの薬剤を除去



- ・必要に応じて2回繰り返すことがありますが、それでも30分程度で終わります。
- ・1回の治療では効果が小さいので3~4回治療する必要があります。
- ・レーザーホワイトニングに限らずホワイトニングは永久的なものではなく、再着色します。4~6か月ごとに繰り返す必要があります。

ホームホワイトニングの手順

- 1) 歯磨きで歯の表面の汚れを落とす
- 2) マウスピースにホワイトニングの薬剤を塗る
- 3) マウスピースを装着し、はみ出た薬剤を拭き取る
- 4) 2～8時間放置
- 5) マウスピースを外し、歯についた薬剤を歯ブラシで落とす



- ・2週間程度で効果が表れます
- ・ホワイトニング後30分は色の濃いものを口にしない
- ・効果は1～2年程度持続します
- ・通院回数は最低2回です

ホワイトニング後の注意

痛みについて…

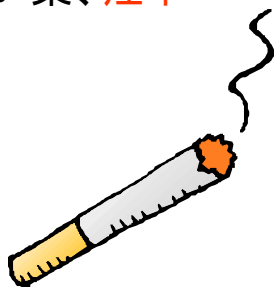
術中、術後に歯が痛む場合があります。これはホワイトニングに使用する薬剤により歯の水分バランスが変化して神経を刺激するからといわれています。お口の中では唾液により水分がいつも補給されているので24時間以内には治まります。

食事・嗜好物について…

ホワイトニングは有機物を分解することで歯を白くしていきます。同時に歯を保護する被膜も分解するので、それが再生するまでの24時間は再着色しやすいので注意が必要です。

ホワイトニング後24時間は避けたほうが良いもの（色の濃いもの）

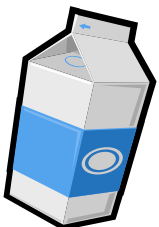
コーヒー、紅茶、日本茶、コーラ、赤ワイン、果実ジュース
焼きそば、カレーライス、スパゲッティ、みそ/しょうゆラーメン
しょうゆ、ソース、からし、わさび
きゅうり、トマト、ぶどう、いちご
口紅、うがい薬、**煙草**



* 再着色を防ぐコツのようなものです。もし口にした場合には念入りに歯を磨くことで対応できます

ホワイトニング後24時間以内に口にしてもいいもの（色の薄いもの）

水、牛乳、ヨーグルト、白ワイン、
米、お粥、ホワイトソース系のパスタ、とんこつ/塩ラーメン、お吸い物
貝柱、えび、しらす
大根、里芋



ホワイトニング Q & A

Q ホワイトニングの費用は？

A レーザーホワイトニングは通院回数4回で12600円、ホームホワイトニングは26250円です。

Q 術中に痛みはないの？

A レーザーホワイトニングは、他のホワイトニングに比べて痛みがほとんどありません。ホームホワイトニングは長時間作用させるので、痛みが出やすくなります。痛みがある場合は低い濃度の薬剤を使用するか、作用時間を短くします。

Q どれくらいの期間もつの？

A レーザーホワイトニングは4～8か月、ホームホワイトニングは1～2年効果が持続します。どちらのホワイトニングでも2回目以降のホワイトニングは治療回数・期間は少なくて済みます

Q 歯はどれくらい白くなるの？

A 白くなる程度は個人で違いますし、同じ人でもそれぞれの歯によって違います。目安として1回で3～5段階白くなり、3回行くと6～12段階白くなります。

Q どんな歯でも白くなるの？

A 歯の表面についた着色を分解するので、どんな歯でも白くなります。ただし、かぶせた歯や詰めた所は素材の元の色に戻る所以ホワイトニングによって周りの歯となじまなくなり、やり直しが必要になることもあります。また、歯によって白くなりやすい部分となりにくい部分があります。ホワイトニングによって模様が強調される時期がありますが、繰り返すことによって全体的になじんできます。



術前
上の前歯には縞模様
があります



1回終了後
縞模様が強調され
ています



2回終了後
縞模様の色が落ちて
きました



3回終了後
全体的に白くなりま
した

Q ホワイトニングの薬剤は体に悪くないの？

A ホワイトニングで使用する過酸化尿素の濃度は10～21%と低濃度なので人体にほとんど影響はありません。

確認書

患者氏名

様

- ホワイトニングは個人によりその効果が異なります。また、変色の原因によっては色調の改善が見込めないこともあります。しかし多くの場合、シェードガイドを基準として、6段階以上改善します。
- ホワイトニング効果の持続期間は、変色の原因及び生活習慣によって変わってきますが、3～6ヶ月ごとに繰り返すことで白さを保つことができます。
- ホワイトニングにより、知覚過敏、歯肉の灼熱感、粘膜の潰瘍、歯の痛み等が生じることがまれにあります。これらの大部分は一時的なもので、通常数日で治癒します。
- すでに知覚過敏の傾向がある場合、ホワイトニングを行うことでさらに症状が悪化することがあります。
- 妊娠する可能性が高い方、あるいは妊娠中・授乳中の方にはホワイトニングは適用ではありません。時期をずらして行うことをお勧めします。
- ホワイトニングを行うと、歯の表面に点状に白い部分が現れることがあります。これは歯に元々あるものが、ホワイトニングにより強調されたものです。数週間から数ヶ月経つとまわりになじんできますが、それでも気になる場合は、歯を削って白いつめものをするなどの処置が必要となります。
- 通常、ホワイトニングにより、神経のある歯の色調は明るく変化します。しかし、充填物（つめもの）、補綴物（かぶせもの）の色調は変化せず、神経の無い歯も変化は小さくなります。そのためこれらの色調が異なって見えるようになりますので、あまり目立つ場合は処置をやり直す必要が出てきます。

平成 年 月 日

よこやま歯科

担当医