

○つわり時の歯磨きのポイント

- ・ 1日の内ではつわりの症状が楽になる時間帯に磨きましょう。
 - ・ 顔を下に向けて磨くと喉への刺激が少なく、少々楽になります。
 - ・ 歯ブラシを小刻みに動かして磨きましょう。
 - ・ 妊娠中は臭いに敏感になるため、歯磨き粉は匂いの少ないものや水だけで磨くだけでも汚れはしっかり取れます。
 - ・ 歯ブラシのヘッドが小さいものを選択しましょう。
- 当院では**プラウトブラシ**や **todo10 ブラシ**のヘッドが小さいので、おすすめです。

<歯磨きができない際は、むし歯の抑制により**キシリトール入りのガムやタブレットの使用**をおすすめします>

○磨けない場合

プラウト



部分的に届きにくいところや親知らずの細かいところにピンポイントで使用できます。もりかわ歯科ではSソフトを販売しております。

todo10 ブラシ



ヘッドが小さく嘔吐反射のある方におすすめです。お子様の仕上げ磨きにもお使いいただけます。