



山本歯科医院通信～「おだいじに」～

別冊号 2 2009.05

白い歯は「美」です
～歯牙漂白(ホワイトニング)の秘密～



〒492-8143 愛知県稲沢市駅前三丁目 6-26
<http://www.ne.jp/asahi/yamamoto/shikaiin/>
電話 0587-33-0570
山本歯科医院 院長: 山本良実



私にもできる？

ホワイティングは芸能人だけでなくもっと身近なものです。

世界的には、「白い歯はお化粧の一部」という考え方が一般化しています。しかし、日本では「白い歯」はまだまだ特別なもの、つまり、芸能人などの特別な人が行なうものという認識が一般的ではないでしょうか。

特に日本では「歯のホワイティング」が医療行為として薬事法で規定されていますので、一般の方々もホワイティングを特別な治療と考えているようです。

しかし、実際は特別なものではなく、髪やお肌のお手入れと同じように、「歯の美容」というように考え、日常の普通の行為としてとらえていただきたいのです。

ホワイティングは、内容が十分に理解されていないだけで、その術式は非常に簡単なのです。



目次

ページ1	ホワイトニング概論
ページ2	目次
ページ3	-A- ホワイトニングの分類
ページ6	-B- 価格のご説明
ページ7	-C- 白さを維持するためのお願い
ページ9	-D- Q&A 質問集
ページ12	ホワイトニング同意書



-A- ホワイトニングの分類

① ホームホワイトニング(自宅でコツコツゆっくり漂白します。)

山本歯科医院では、ホームホワイトニングに NITE ホワイト・エクセルという製品を使っています。これはアメリカで最も一般的なホワイトニング材で、着色歯面の改善を短期間で安全にかつ効果的に行うことができます。

このシステムは日本で初めて厚生労働省の認可を受けたシステムで、『白くきれいな歯』への意識の高い審美歯科の先進国アメリカで、歯科医師からだけでなく患者からも圧倒的な支持を得ています。

歯科医師により作製されたそれぞれの患者様のお口に合ったマウストレーにNITEホワイト・エクセルのジェルを用いて使用します。

1日2時間使用することにより、素晴らしい効果を得ることができます。個人差にもよりますが、約2～3週間で輝く白い歯になります。

NITEホワイト・エクセルの主成分は過酸化尿素です。過酸化尿素は過酸化水素より刺激が少ないため、より安全に使用することが可能です。またこのシステムは「再着色(後戻り)」が少なくより長く効果を持続することができます。

主な副作用は知覚過敏です。感じたら使用を中断してください。通常は、トレーを外した直後から2～3日で症状は治まります。治まってから使用を再開してください。それでも治まらない場合は、他に原因があるかもしれません。クラック(ひび)や咬耗、虫歯などがないか再度確認をします。



1



インフォームドコンセントを行い、ホワイトニングについて注意事項の説明をします。

2



口腔内全体の診査をします。この時にホワイトニングの適応症かどうかを判断してください。

3



ホワイトニングの前処置として口腔内全体の除石・清掃を行います。

4



ホワイトニング前の状態でシェードの診査を行い、色調を記録します。

5



口腔内撮影用カメラ等を用いてホワイトニング前の状態を記録します。

6



ホワイトニングする歯列の印象採得を行い、マウストレーを作製します。マウストレー作製後、患者に試着を行い変形がないことを確認してください。

7



マウストレーにホワイトニング材を注入し、患者の口腔内で試適を行います。

8



ホワイトニングは1日2時間以内で、期間は2週間! となるように患者に指導してください。また、10日に一度は来院させ、トレーの変形・予後の確認をしてください。

② オフィスホワイトニング(歯科医院内でスピーディーに漂白します。)

山本歯科医院ではオフィスホワイトニングに日本人のために開発されたビヨンドシステムを使用しています。

オフィスホワイトニングは、ホームホワイトニング材より高濃度の「過酸化水素」を使用した薬剤にビヨンドライトのような専用のライトを照射することによって、短時間でホワイトニング効果を出す方法です。

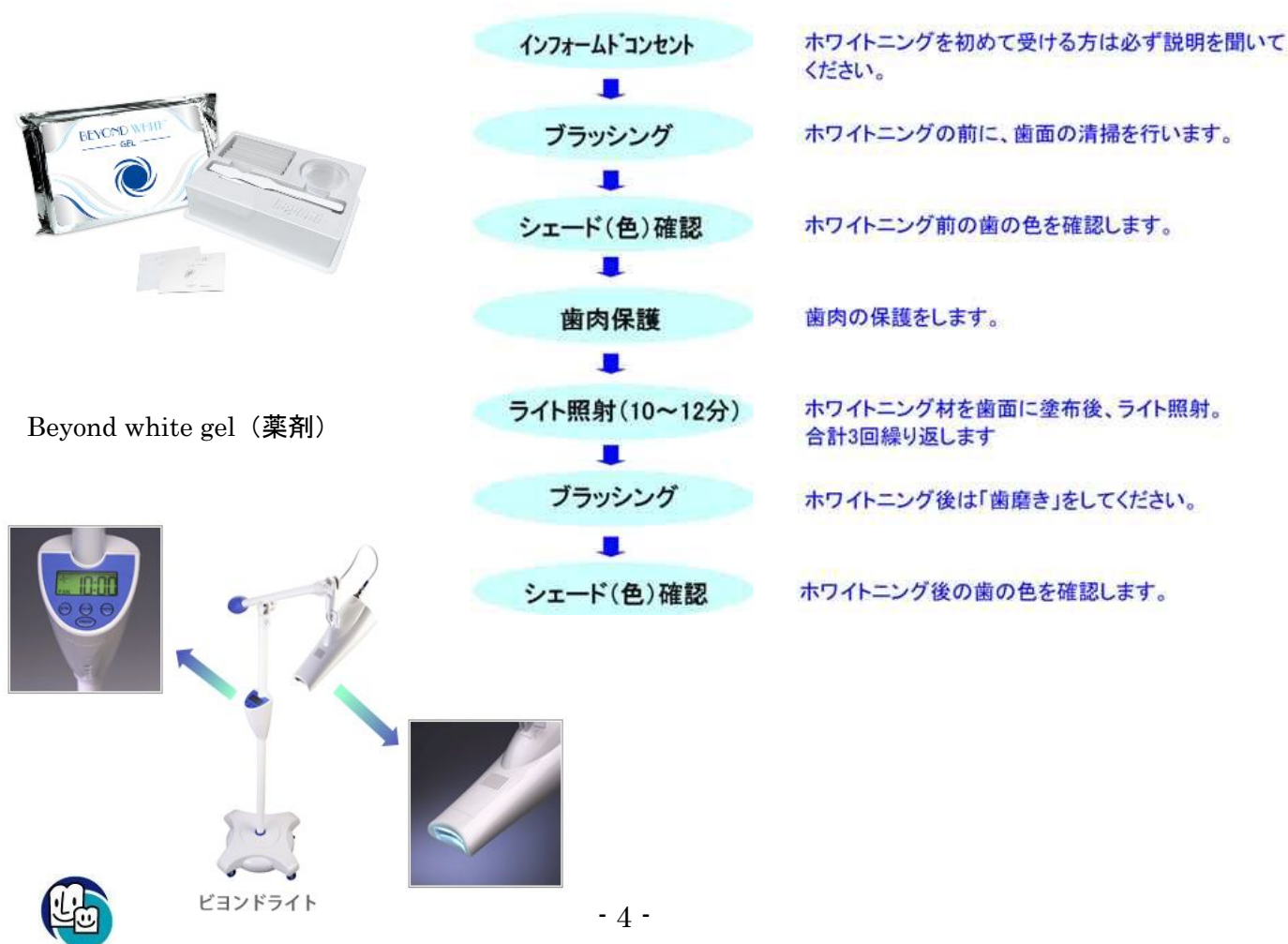
ビヨンドホワイトニングの場合には、**30分の照射時間**で完了します。このような専用のライトは、より短時間でより高いホワイトニング効果を期待するためには必ず必要なツールであると考えていただいた方が良いでしょう。

日を変えて**2回の照射**でより一層高い効果が長続きます。

歯のエナメル質に何らかの損傷(虫歯、ひび、咬耗など)がある場合、ホームホワイトニング材はその歯がしみたり痛んだりします。ホワイトニング前の処置が必要な場合があります。オフィスホワイトニングの場合にはホワイトニング前に術者が保護材を使って損傷部位をカバーするので、高濃度の薬剤でホワイトニングは可能です。歯の処置はホワイトニング後でも可能になります。

「早く白くしたい」と望む患者さんにはそれは大きな利点ですね。

オフィス 「ホワイトニング」の手順



③ では、オフィスとホーム、どちらが効果的？

単に処置法の違いです。患者さんのニーズ・歯の状態によります。

初めての方に山本歯科医院ではオフィスホワイトニング2回法を第一選択に考えています。（あとは再着色を感じたら定期的に1回のオフィスホワイトニングで維持をするのです。）

もちろん、組み合わせることもできます。

ホーム		オフィス
薬材の濃度が低く安全	まず、「オフィス」と「ホーム」の 特徴を理解して下さい。 単に方法の違いです。	薬材の濃度が高く慎重な使用が 求められる
再着色しにくい		数回のホワイトニング後は 再着色しにくい
時間がかかる		短時間の処置
使用期間中、「痛み」が継続		痛みはほとんど24時間以内に解消



-B- 価格のご説明

(診察・診断・歯石除去・クリーニングなどの処置は別途です。)

① ホームホワイトニングについて

i カスタムマウストレー(薬剤を入れる装置です。)

どちらか片顎 **2,400円**(税込 2520 円)

上下顎 **4,800円**(税込 5040 円)

ii ホームホワイトニングジェル(約2年有効)

1本 **7,000円**(税込 7350 円)

当医院の患者さんはおおよそ2~3本使用して完了するケースがほとんどです。メーカーは4本使用を推奨していますが無駄になることが申し訳ないので、その方の使用状況に合わせて1本売りをしています。結果、トータルで**20,000円~30,000円弱**で一度完了する方が多いです。

当医院での一例です。



② オフィスホワイトニングについて

i 基本セット1回照射 **13,000円/回**(税込 13650 円)

ii【推奨】2回セット 日を変えて2回照射 **25,000円**(税込 26250 円)

iii メンテナンス時など3回目追加以降 **12,000円/回**(税込 12600 円)

③ ホワイトニング関連商品 (少々高価ですが、ヨイものは絶対ヨイ! のです。)

i 歯磨材「シルクホワイト」 定価2,600円→**2,400円**(税込 2520 円)

ホワイトニング後のケアに、輝く白い歯のために...

Tea Tree Oil(ティーツリーオイル)の配合により、毎日ご使用いただくと歯面にツヤが出てホワイトニング効果をより感じていただけます。

パール粉を配合し歯の表面を傷つけることなく、ステイン(色素)の沈着を抑制しますので、**ホワイトニングをしない方でも効果を実感**していただけます。歯をツヤのある白さにしたい方、口臭や歯のぬめりが気になる方などにも最適です。日常の歯磨き粉と同じようにお使いください。



ii 唇用美容液「プランプエッセンス」 定価3,800円→**3,500円**(税込 3675 円)

当医院ではホワイトニング後の乾燥した口唇に塗布させてもらっています。

ダブルの美容成分で唇のエイジングケアをします。プラセンタ(胎盤)エキスとマキシリップ(アミノ酸ペプチド)を贅沢に配合した唇用美容液です。

2つの成分の働きで積極的にコラーゲンの生成を促し、**みずみずしくプルプル透明感のある唇へ導きます。**

内側からふっくらとした張りとう潤いを長時間キープし、若々しい口元から明るい顔を演出します。



-C- 白さを維持するためのお願い

① ホワイトニングの回数

ホワイトニングをはじめて経験される方は、まず「ホワイトニングは一度行えば長期間白さが維持でき、当分しなくてもよい。」とされているでしょう。現実には1回のホワイトニング(オフィス・ホーム)ただけでは、数週間～数か月後、歯に色が着いてきた、と感じます。

ところが、重ねて2回目(オフィス)、2～3本目(ホーム)を再度行くと、白さの維持期間がグンッと伸びます。つまり、ホワイトニングは、回数を重ねるほどより白くなり長持ちするようになります。

② 歯の白さのキープ「どれくらいの期間持つの??」

生活習慣など個人差があるのではっきりとは言えません。タバコを吸う人、コーヒーをたくさん飲む人、カレーなど色の濃いものをよく食べる人などはすぐに再着色してしまう可能性が高いです。しかし、毎日歯のお手入れをしっかりとされている方は白さが長持ちします。

結果、一律に比較ができないのです。

「歯に色がまた着いてきたな。。。と思ったら、もう一度ホワイトニングのタイミングなのです。」

③ ホワイトニングをした直後のケア【重要】

歯の表面を覆っている被膜(ペリクル)は、オフィスホワイトニングで除去されます。しかし、この被膜は唾液により12時間から24時間かけて再生されます。再生するまでは色の濃い食べ物、飲み物は控えてください。色の濃いものを食べると唾液に色が着き、その色が歯にしみ込んでしまうため、気を付けてください。

24時間は禁煙してください。

ホームホワイトニングの場合も、トレーをはずした後2～3時間は、上記のケアをしていただくとホワイトニング効果が向上します。



④ ホワイトニングに向き・不向きの食べ物

×「色の濃いもの」は避けてください。

<例>

コーヒー、紅茶、日本茶、焼肉、やきとり

コーラ、赤ワイン、ジュース類

トマトなどの色の濃い野菜

ぶどう・イチゴなどの色の濃い果物

ヤキソバ、カレーライス

トマトソース系パスタ

みそ汁、みそ・醤油ラーメン

しょうゆ、からし、わさび

チョコレート、大福 etc・・・



◎「色の薄いもの、白いもの」であればなんでも大丈夫です。

<例>

水、牛乳、ヨーグルト、チーズ
フライドポテト、ポテトチップス(塩味)
白ワイン、色の薄いビール
鶏肉、白身魚(醤油なし)
貝柱、えび、しらす、大根、里芋
ホワイトソース
米、お粥、パン
とんこつ・塩・バターラーメン
お吸い物、白味噌汁
ナッツ類
etc・・・



★ただし、レモン、きゅうり、マヨネーズなど酸性のものは避けてください。歯が脱灰する可能性があります。



代表的なものをまとめました。

- Q1 「歯磨き」では白くなりますか？
- Q2 ホワイトニングは本当に安全ですか？
- Q3 どうして白くなるのですか？削ったり、溶かしているのですか？
- Q4 どんな人・歯でも出来ますか？
- Q5 痛みはありますか？
- Q6 どのくらい白くなりますか？
- Q7 1回で効果がでますか？
- Q8 ホワイトニングしたのですが、あまり白くなりません。
- Q9 どのくらい長持ちしますか？
- Q10 ホワイトニング前後のケアを教えてください。
- Q11 料金はどれくらいですか？
- Q12 最近エステで出来るホワイトニングがあるのですが、何が違うのでしょうか？
- Q13 ビヨンドホワイトニングと他のホワイトニングでは、どこが違うのですか？

Q1. 「歯磨き」では白くなりますか？

A1. その日の汚れはその日に除去することで常に汚れをためないことが必要になりますが、ただ歯磨きだけでは歯の表面を除去するだけです。歯の着色は、歯の中にまで浸みこんでいますので、ホワイトニングが必要です。

Q2. ホワイトニングは本当に安全ですか？

A2. 過酸化水素を使用するホワイトニングでは歯は悪くなりません。しかし、オフィスホワイトニングで使用する「ライト」から出る熱や紫外線(UV)が歯や皮膚に悪い影響を与えます。山本歯科医院で採用しているビヨンドライトは熱を特殊フィルターによって完全にカットしているため、発熱もほとんどないので安全です。

Q3. どうして白くなるのですか？削ったり、溶かしているのですか？

A3. 決して削ったり溶かしているわけではございません。歯に付着した着色物質のみを分解しているので何度行っても大丈夫です。ご安心ください。

Q4. どんな人・歯でもできますか。

A4. ホワイトニングはエナメル質に付着した着色物質を分解するため、健全なエナメル質の歯に限ります。そのため、人工の歯には効果の期待はできません。

その他、エナメル質形成不全はできませんのでご注意ください。また、禁忌は無カタラーゼ症、妊娠中、授乳中の方になります。

Q5. 痛みはありますか？

A5. 個人差はありますが、一時的に「疼痛感」が出ます。しかしこの痛みは24時間以内には治まり、歯には全く影響がありませんのでご安心ください。



歯のホワイトニング剤の主成分、過酸化尿素・過酸化水素が歯の着色物質を化学分解する際に歯の中の水分バランスが崩れ、一時的に脱水状態になると考えられています。この脱水症状が痛みの原因となります。

症状は歯の水分状態などにより人それぞれ異なりますが、唾液などから水分が補給されるとすぐに元に戻りますので、全く心配はありません。

Q6. どのくらい白くなりますか？

A6. 歯の色は必ず改善されます。しかし、すべての人が同様に白くなるとは限りません。1回で白くなる人もいれば、何度か行う必要がある方もいます。歯の状態・生活習慣等により、効果が異なってきます。また、効果があるのは天然の健全な歯のみで、人工の歯には効果が見られません。

満足度も個人差がありますので、ご自分がどの位の白さにしたいのかエンドポイントを決め、期間や回数などを歯科医師へご相談ください。

Q7. 1回で効果がでますか。

A7. 歯の色は必ず改善されます。

1回のホワイトニングで改善される程度は、歯の状態や着色度合によって個人差があります。白さを長持ちさせるためにも、初めての方は複数回のオフィスホワイトニングをおすすめします。

Q8. ホワイトニングをしたのですが、あまり白くなりません…。

A8. ホワイトニングの効果は、その方の歯質・歯の状態・生活習慣等により、大きく異なります。まず、術前に診断を受けていただき、歯質や歯の状態を調べて、ご自身の目標となる設定してください。

歯質や歯の状態によっては、ホワイトニングだけではご希望の色にならないことがあります。ホワイトニング以外の方法で色を改善することができますので、歯科医師にご相談ください。

Q9. どのくらい長持ちしますか

A9. 初めてのホワイトニング後は、どんなにきれいになっても短期間(約数週間)で再着色しやすく、その後もう1回ホワイトニングをすることで長持ちしますので、複数回のホワイトニングをおすすめします。

その後のホワイトニングは、白さを保つため、更に白くしたいなどそれぞれのご希望に合わせて行ってください。

日常の食事で色の濃いものを好んで食べる方や喫煙の方は再着色しやすいため、白さを保つ期間は短くなります。日常の歯磨きに「シルクホワイト」(山本歯科医院内販売中)をお使いいただくことをおすすめします。

その日の汚れはその日のうちに除去し、白さを保つようにすることにより、白さを維持することができます。

Q10. ホワイトニング前後のケアを教えてください。

A10. 口腔内の環境を整えておくことが必要です。あまりにも歯石がたまっているようでしたら、せっかくのホワイトニングの効果も半減してしまいますので、最良の状態を保つことが必要だと考えます。

ホワイトニング後は、痛みがでやすいのです。これは脱水症状によるものですので、水分を多く取っていただくことで緩和されます。



せっかくホワイトニングした歯に再着色しないように少しでも維持するようにしていくのは、口腔内の環境を正常に保つよう日常歯磨きに**シルクホワイト**をご使用いただくことをおすすめします。

Q11. 料金はどれくらいですか。

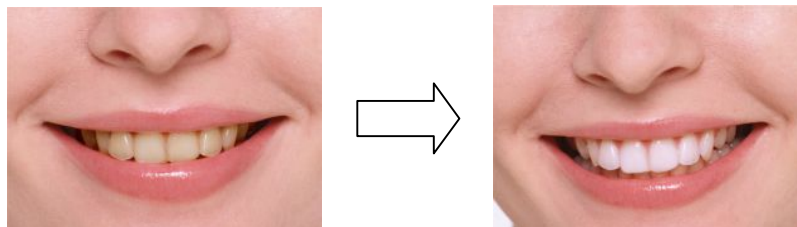
A11. 山本歯科医院は、美容院に行く感覚でホワイトニングを行ってもらいたいことから、料金も美容店の料金に近い金額で設定をさせていただいております。初回はオフィスホワイトニング2回法(**25,000円** 税別)をお勧めしますが、定期的な3回目以降のホワイトニング時は**12,000円**(税別)です。詳しくは6ページ目の「価格のご説明」を参考にしてください。

Q12. 最近エステで出来るホワイトニングがあるのですが、何が違うのでしょうか？

A12. 日本ではホワイトニングは医療行為ですので、歯科クリニックでしかできません。歯科クリニック以外で行うホワイトニングでは、薬用成分が使用できませんので、効果はほとんど期待できないと考えています。

Q13. ビヨンドホワイトニングと他のホワイトニングでは、どこが違うのですか？

A13. まず、ビヨンドホワイトニングは日本人の歯質に合うように、安全面を最重視して設計されています。そして、最大の効果が期待できるようなシステムです。詳しくは歯科医師にご相談ください。



これは当医院の症例ではありません。
イメージ写真です。



【山本歯科医院】ホワイトニング同意書

- ① ホワイトニング治療は個人によりその効果が異なりますので、すべての方が必ずしも現在の状態から改善されるという保証はありません。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、3～4段階明るさが増します。
- ② ホームホワイトニングは、その効果が約 1 週間で現れてきますが、あまり効果が見られないようであれば、薬剤の変更や、ホワイトニング期間の延長が必要になります。この場合、歯の色がチョークの様なマットな白さになることもあります。
- ③ 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(別記)、3～4ヶ月に一度のホワイトニングによってその白さを保つことができます。
- ④ 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。
- ⑤ ホワイトニングは健全なエナメル質が対象です。エナメル質が損傷を受けている場合や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。その場合はホワイトニングを中断することがあります。
- ⑥ 妊娠の可能性が高い方、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。
- ⑦ 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。
- ⑧ 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これらの処置をやり直す必要が出てきます。また、神経の無い歯のホワイトニングでは、歯の内側(神経の入っていたスペース)へ薬剤を入れ、内側から白くするという方法をとることがあります。



以上の事柄をよくお読みいただき、内容を十分に把握した上でオフィス(ホーム)ホワイトニングをご希望の場合は、ご署名をお願い致します。

年 月 日

氏名: