

それでも
使い続けますか？



交換の目安はどれくらい？

古くなった歯ブラシは こんなに汚い & 危険！

今の歯ブラシ、いつから使っていますか？

もし1カ月以上使っているとしたら、
今すぐ交換を！！！！

古くなった歯ブラシにはこんなリスクがあります。

① トイレの水の80倍の細菌！！

ある調査によれば、3週間程度使用した歯ブラシには、およそ100万個もの細菌が付いているそうです。これはトイレの水のおよそ80倍！

こうした細菌が、むし歯や歯周病はもちろん、口臭の原因にもなります。

② 毛先が開いた歯ブラシも危険！

毛先が開くと、歯を磨く能力が6割程度になってしまい、当然むし歯や歯周病のリスクが高くなります。また毛先が開く＝弾力性のなくなった歯ブラシを使っていると、歯茎を痛め、出血してしまう場合があります。

古い歯ブラシはこんなに磨けなくなります！！！！



相対歯垢除去率 (%)

(公財)ライオン 歯科衛生研究所調べ ※日本小児歯科学会 1985

古い歯ブラシを使い続けるとむし歯、口臭だけでなく歯周病、そして風邪やインフルエンザを長引かせる原因にもなります

使い終わった後はよく水洗い、しっかり乾燥させる

歯ブラシを使い終わった後に細菌の増殖を防ぐには、

食べかす除去と十分な乾燥、この2つを徹底して行いましょう。



ズバリ！歯ブラシはこのタイミングで交換しましょう！！

- 1カ月たったら交換！
- それ以上は細菌が増えすぎてしまいます！
- 1カ月未満でも毛先が広がったら交換！
- 磨けない歯ブラシではむし歯・歯周病予防になりません！