



# 沖歯科医院便り



発行/沖歯科医院 〒053-0855 苫小牧市見山町4丁目1-6

☎0144(72)8558 □0800(800)8545

<http://www.oki-dentalclinic.com/>

## 歯ブラシの正しい保管方法

お口の清潔を守る歯ブラシの保管方法、どのようにされていますか？

保管方法によっては細菌が繁殖して非常に不潔な状態になってしまいますので注意が必要です。

### 歯ブラシ保管のポイント

- ・ 使用後は流水下で洗う
- ・ 歯ブラシの毛先を乾燥させる
- ・ 定期的に歯ブラシを交換する

例えば、洗面台の収納の中は歯ブラシが乾燥しにくく、菌が繁殖しやすくなります。

また、1～2ヶ月ごとに歯ブラシを交換し、いつも清潔な歯ブラシを使用するように心がけましょう。

歯ブラシの交換時期や選び方など、わからないことは当院スタッフまでおたずねください。

## えー！ポイント？ “歯とお口”のトリビア



### 海外旅行保険で歯の治療は補償される？

今年の大型連休は10連休。決定直後から旅行会社への申し込みが増えていて、特に海外へ出掛ける方が多いようです。そんな海外での滞在中、急に歯が痛くなったらどうしますか？「海外旅行保険に加入していれば歯の治療もできる」と思われるかもしれませんが、**一般的な海外旅行保険には、歯の治療は含まれていないことが多いのです。**中には**歯科治療までカバーする保険**や、**特約としてつけられるもの**もありますが、**保険料は高額**になります。あくまでも**歯科治療まで補償する保険**は、留学などで海外に長期滞在する方向けのものと考えておきましょう。ただし、“**転倒して歯を折った**”など、**突発的なケガによる歯科治療は補償の対象になる場合があります**ので、加入される際は保険会社に問い合わせてみましょう。せっかくの旅行ですから、歯は事前にしっかり治療して心置きなく楽しみたいものですね！

