

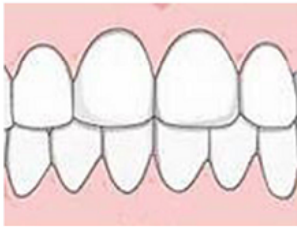
歯垢 しこう

つぎに、歯に歯垢（＝プラーク）が残っていないかチェックをします。
プラークは、歯の表面についた汚れのことで、ネバネバした「のり」の
ようなものです。

その中には、たくさんの細菌が住んでいて、むし歯や歯肉炎の原因になります。
プラークは水にとけないため、ブクブクうがいでは取れません。
歯みがきをしっかりやって、プラークを取りのぞきましょう。

歯垢のじょうたい

0



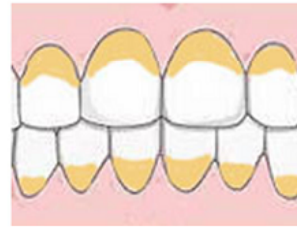
きれいです

1



少しついています

2



たくさんついています



白い歯垢や黄色い歯垢



歯垢をそめてみると…