

よ坊さんの
豆知識

健康な
歯のために

口臭予防

口臭の原因の大部分は舌苔(ぜったい)と歯周病です。

歯周病予防のための毎日のブラッシングは大切ですが、口臭の主な発生源となる舌苔も、舌を清掃してしっかり取り除きましょう。鏡を見ながら舌の粘膜を傷つけないよう、軽い力で行います。お口を清潔に保ち口臭を予防しましょう。

(一社) 埼玉県歯科医師会

