

# アライナー（マウスピース）矯正治療の開始にあたって

## ～矯正治療をスタートされる患者さまへ～

いよいよアライナー（マウスピース）治療がスタートします。今日から毎日生活を共にするアライナー（マウスピース）について説明をします。疑問や不安を解消し、楽しく治療をおこないましょう。自信いっぱい笑顔で笑えるように一緒に頑張りましょう！！



## ◆アライナー（マウスピース）矯正の特徴

従来矯正歯科治療をおこなう際は、ワイヤーを使って歯に力をかけ少しずつ動かす治療方法が一般的でしたが、ここ最近「アライナー」と呼ばれるマウスピースを使って歯を動かす矯正治療も増えてきました。以下にメリットとデメリットをまとめましたので、検討する際の参考にさせていただければと思います。



### 【メリット】

- ・マウスピースが透明なので目立たない
- ・取り外し可能で歯磨きがきちんとできるので虫歯になりにくい



### 【デメリット】

- ・1日20時間以上装着しないと矯正効果が薄れるため自己管理が必要
  - ・難しい症例には対応できない場合がある
  - ・ワイヤーを使った矯正より時間がかかってしまう場合がある
- ※マウスピースの作り直しは新しいマウスピースが届くまで約1か月かかります。その間に歯が移動しないように、現在装着しているマウスピースを装着する必要があります。

## ◆アライナーの特徴・治療を成功させるためのポイント

### 【アライナーの特徴】

- ・アライナーとは歯を動かすためのマウスピースのことです。
- ・アライナーには番号が書かれています。この番号を確認して装着しましょう。
- ・熱で変形しますので熱湯消毒はしないでください。

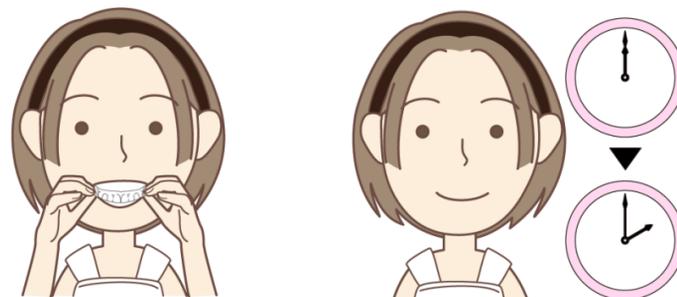
### 【治療成功を成功させる2つの重要ポイント】

#### 1.装着時間を守りましょう

装着時間は1日20時間以上です。

食事と歯磨きの時は外していただけます。

連続した長時間の装着が効果を高めます。



#### 2.アライナーチューイーを使ってフィット向上

歯とアライナーをフィットさせるためのアイテムです。

新しいアライナーに交換をして、はじめの3日間は10分、それ以降は5分を目安に、装着するたびに咬んでください。

(まんべんなく全体で咬むのがポイントです)

※アライナーチューイーは、1ヶ月に1袋の頻度でお渡しします。

※追加購入の場合、1袋200円（税込）です



## ◆アライナー（マウスピース）矯正治療の流れ

- ・インビザライン治療スタート（本日）
- ↓
- ・アタッチメントセット
- ↓
- ・調整（経過に問題ない場合は、2～3ヶ月に1度の通院頻度）
- ↓
- ・追加アライナー（修正をおこないます）※通常複数回おこないます
- ↓
- ・調整（経過に問題ない場合は、2～3ヶ月に1度の通院頻度）
- ↓
- ・矯正治療終了
- ↓
- ・保定装置へ（期間は主治医から指示があります）

# ◆快適にアライナー（マウスピース）矯正生活を送っていただくための注意事項

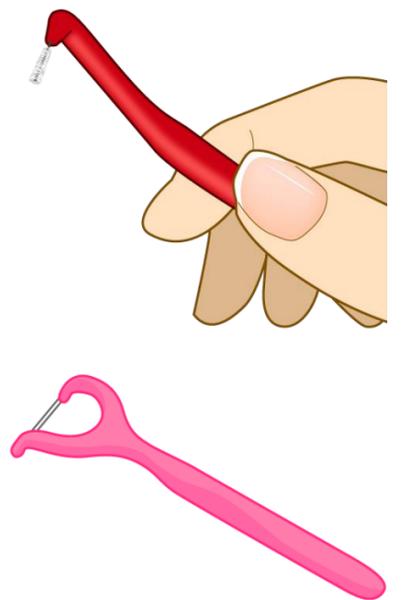
## 1.アライナーの交換・装着について

- ◆新しいアライナーには装着時間が長くとれる夜に交換し、アライナーチューイーを10分間咬んでください。
- ◆アライナーの装着は前歯からおこないましょう。また取り外しの際は奥歯（内側）からおこないましょう。
- ◆食事中外したアライナーは、ケースに入れて保管してください。  
（ティッシュなどに包んで捨ててしまった・・・という方が実際にいらっしゃいます）
- ◆ひとつ前のアライナーは使用後も必ず保管しておいてください。  
※紛失・破損の場合、自己負担となる場合がありますのでご注意ください。



## 2.歯磨きについて

- ◆歯磨きはいつも通りしていただけます。
- ◆外食などで食後すぐに歯磨きができない場合は、口をすすいでアライナーを装着してください。歯磨きができるタイミングになったら、歯磨きとアライナー洗浄をおこなってください。  
アライナーは流水で柔らかい歯ブラシを用いて洗浄してください。  
洗浄剤もおすすめです（マウスピース用洗浄剤をご使用ください）
- ◆歯が動いてくると歯と歯の間に食べかすがたまりやすくなります。  
デンタルフロスや歯間ブラシを使用しましょう。



## 3.矯正治療中の食事について

- ◆食べ物や、飲み物に制限はありませんが、アライナーをつけたままで濃いものを飲むと着色することがあります。
- ◆また、糖が含まれるものや酸性の飲み物（コーラ、スポーツ飲料水など）は、虫歯の原因となりますのでご注意ください。



## ◆アライナー（マウスピース）矯正治療でよくある質問

【Q】治療をスタートしてから歯が揺れたり違和感を感じるのですが大丈夫でしょうか？

【A】歯が揺れたり違和感を感じることはありますが正常な反応なのでご安心ください。

【Q】虫歯になりやすい体質で、今もいくつか怪しい部分がありますが治療は可能でしょうか？

【A】治療を開始すると虫歯が見つかることがあります。虫歯の状況により治療の時期を判断させていただきますのでご相談ください

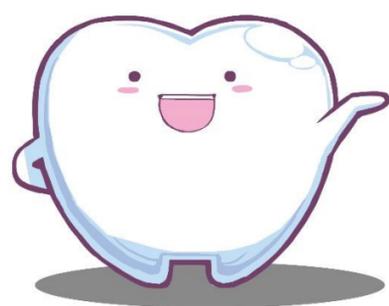
【Q】アライナー（マウスピース）が壊れてしまいました。どうすれば良いですか？

【A】アライナーに不備が見つかった場合はすぐにご連絡ください。※患者様の扱いに重大な過失があった場合は実費負担になる場合がございます。

【Q】アライナー（マウスピース）を紛失してしまいました。どうすれば良いですか？

【A】紛失などのトラブルがあった場合はひとつ前のアライナーを装着しご連絡ください。

その他のQ&Aは、公式ホームページに載せてありますので、下記サイトをご覧ください



ご不明な点や要望などあればお気軽にスタッフまでお申し付けください！



秋葉原総合歯科クリニック

Akihabara general dental clinic

〒110-0006 東京都台東区秋葉原1-9 1階  
電話：03-6260-8513