

歯の相談室



北医療生協歯科
歯科医師 久野 よしの



Q:寝るときに入れ歯を入れたままでもよいでしょうか？

A:寝ている間に入れ歯に接している歯肉を休ませるために入れ歯を外していただくことが多いです。部分入れ歯では残っている歯の状況によっては入れたままのほうが良い場合があります。入れ歯をいれていないと自分の歯が歯肉に噛みこんで傷つけてしまう場合や、かみ合わせが不安定で入れ歯を外すと、特定の歯に負担がかかりすぎてしまう場合などがあるからです。また、大きな震災に備えて寝ているときも入れ歯をはずしたくないという方もいらっしゃいます。

寝る前に必ず入れ歯を外して十分に歯みがきをすること、また入れ歯にも汚れが残っていないこと(とくに金具の部分)が大前提になりますので歯磨き指導や入れ歯の清掃方法なども歯科医院でご相談されるとよいでしょう。

