

2001年9月1日発行(毎月1回1日発行)第1巻第5号通巻5号 平成13年5月22日第三種郵便物認可

「肌・心・体」のキレイは自分で磨く!!

SEPTEMBER 2001

9

美的

BITEKI

美的向上委員会 Vol.5

むくみ、肩こり、冷え症、便秘…不快症状どう解決してますか?

体の不調という 小さな拷問からの脱出法

これから2か月の過ごし方が色白肌の明暗を分ける!

8~9月シミとくすみ撃退の美白ケア計画表

夏から秋へ、小さなトラブルが起こりがちなこの時期を乗り切るための
お肌とメイクの「小さな困った」解消ケア36

ホントのキレイは内側から…高めよ代謝/磨けよ美肌/
代謝のいい女になって肌も体もスカッ!と生きる

歯のホワイトニング最新レポート

今どきは「歯」だって「美白」の時代

ホッソリ、スッキリ、小顔に写る

美的「フォトジェニック」養成講座

今年の秋も欲しい色ザックザクで心が躍る!! だからいち早くお届けしたい

秋色コスメ大収穫祭

43ブランドの新色全カタログ

秋の新色 ただ今、到着!

嶋田ちあき、藤原美智子、山本浩未が新色でつむぐ最新メイク

クール・スイートな オーラ顔で秋は始まる!



雑誌定価月間

500yen

歯のホワイトニング最新レポート

今どきは歯だつて

美白の時代



肌の美白はカンペキでも、笑ったときの歯の黄ばみが気になる...。歯を今よりもっと白くキレイにしたい！ そんなあなたにお送りする最新・歯のホワイトニング事情。歯の美白はここまで進化しています！
取材・文 小林育子 撮影/野島裕 イラスト/大瀧まみ、森田Miwu(立休) デザイン/古川美穂子デザイン室

歯が白くなるだけで顔色がグンと明るく。アメリカで白い歯は美しさの必須条件

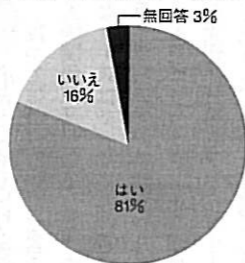
あなたは自分の歯の色に満足していますか？ 白肌ブームの影響でしようか、8割以上の女性が歯を白くしたいと思っており、歯のホワイトニングが注目されています。歯のホワイトニングは、歯科で行う「オフィスホワイトニング」と、自宅で行う「ホームホワイト

ニング」に大きく分けられます。「アメリカでは一般のクリニックの約90%で、ホームホワイトニングの指導が行われるほど日常的なことです。結婚式やパーティの日に備えてホワイトニングする人も珍しくありません。ハリウッドスターのような輝く白い歯は、美しさの条件として重要視されています」と語るのは、東京・銀座にあるホワイトニング専門サロン「ルウミネッセンス」の歯科医師・ステイブ北先生。ロサンゼルスでも開業している北先生は、虫歯の予防や治療と同じように、アメリカではホワイトニングに対する関心が高

いと力説します。歯も肌と同じように、加齢とともにくすみや変色が起こります。そもそもホワイトニングとは、たばこのヤニ、コーヒー・紅茶の色素などで歯についた汚れや着色を取り去り、生まれ持った元の歯よりもさらに白くする方法。「歯を漂白することによって、白さはあせるものの、元の黄ばんだ歯に戻ってしまうことはないそう。美白後、歯のクリーニングや、ホームホワイトニングなどのメンテナンスを行えばさらに効果も持続します。」

「歯が白くなると、顔色や表情がグンと明るく見えます。歯を白くしたことで、服装やヘアスタイルまで変えてしまおう方、禁煙を決意される方もいるんですよ。ホワイトニングをきっかけに、歯のケアの必要性を実感してもらえたらうれしいですね。健康な歯あつてこそホワイトニングなのですから」

今よりもっと歯を白くしたい？



20代のOL100人に質問。81%もの女性に白歯願望が。自分の歯の色に不満な人も多数いた。資料提供/ライオン(株)

「汚れた歯を削ったり、マニキュアのように色をつけるのではありません。漂白用のジェルを歯に塗り、歯の表面から内部に沈着した色素を脱色するのです。人工歯は無理ですが、自分の歯であれば、必ず白くなりますよ(北先生) ちなみに美白効果の持続は約2年。月日がたつにつれて何段階か

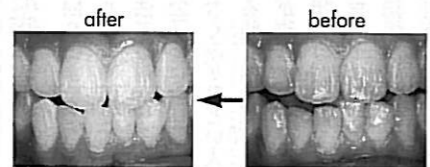
歯を漂白することによって、白く効果の持続は約2年



ステイブ北先生
ルウミネッセンス取締役社長・歯科医師。UCLA歯科大学卒業。日米両国の歯科医師免許を持ち、ロサンゼルスでも開業。東京とLAを往復し、診療をこなす。アメリカの歯科事情に詳しい。

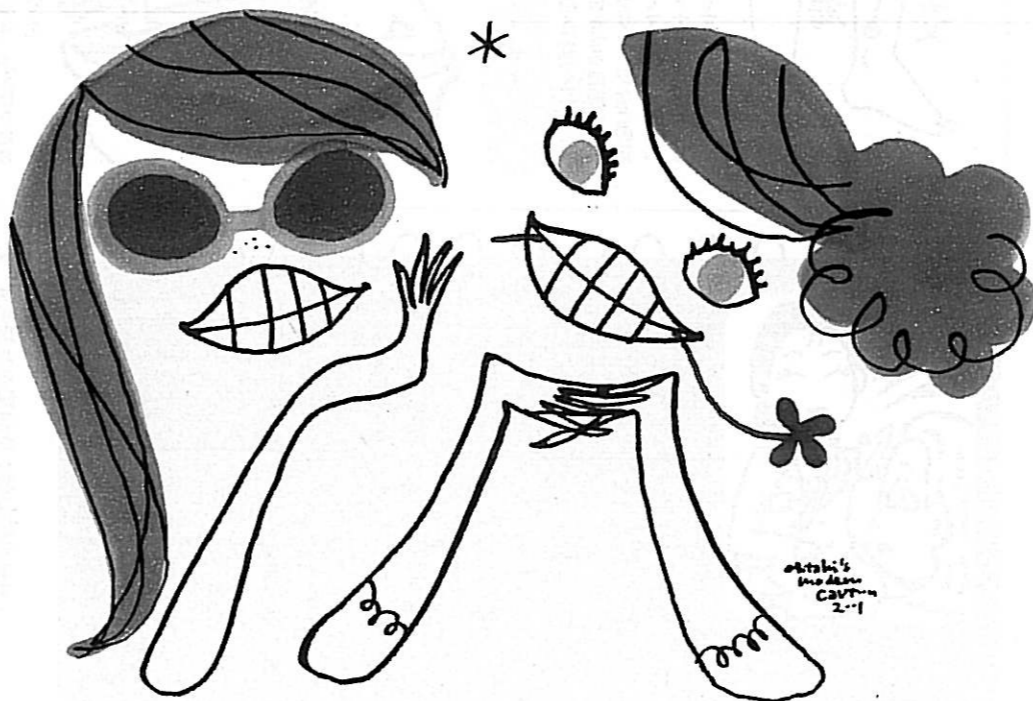
肌と同じように 歯の色にも個人差が。 あなたの歯、黄ばんでませんか？

人種により肌の色が違うように、実は歯の色も微妙に違います。しょうゆなどを多用する食生活の影響もあるのか、日本人の歯はどちらかというと黄ばみがち。コーヒー・紅茶や喫煙、加齢も歯の黄ばみや黒ずみの原因に。あなたの歯は大丈夫？



右が黄ばみのひどい歯で、左が美白後の歯。白くなるだけでなく、歯の透明感も増す感じ。黒ずんだ歯よりも黄ばみのひどい歯のほうが、ホワイトニングの効果がより高く得られるそう。

写真提供/ルウミネッセンス



どのくらい白くなる？ 安全性は？ 歯の ホワイトニング Q&A

始める前に
知っておきたい

ホワイトニングを始める前に解決しておきたい
疑問の数々。日本歯科漂白研究会会長の
松尾通先生に答えていただきました。



松尾 通先生
松尾歯科医院院長。日本歯科漂白研究会会長、日本歯科審美学会副会長など多数の肩書きを持つ。歯のホワイトニングはもちろん、審美歯科治療の第一人者でもある。



Q どんな人でも
ホワイトニングの
効果は出るのですか？

健康な自分の歯なら、今よりも
白くなることを考えていいでしょう。
ただし、たばこを吸う人は禁煙し
てからホワイトニングを。たば
こを吸ってしまうとヤニがついて
すぐに元に戻ってしまいます。テ
トラサイクリンという抗生物質を、
母親が妊娠中に服用した副作用で、
歯が変色してしまった人（196
0〜70年代生まれに多い）の場合
白くならにくいのですが、縮小機

が出るほどのひどい変色でなけれ
ば大丈夫。知覚過敏のひどい人
には作用のマイルドなホームホワイ
トニングをおすすめします。虫歯
や歯周病の人は、できればその治
療をしてから白くしましょう。

Q 漂白剤は安全？
歯や体に悪影響は
ありませんか？

ホワイトニングには漂白用のジ
エルが使われますが、このジェル
のベースになっている成分は過酸
化水素。濃度はホワイトニングの
方法などによって差があるものの、

体に対しての悪影響は心配しなく
ていいでしょう。ジェルの安全性
に対しては厳格な基準を設けてい
るFDA（米国食品医薬品局）で
認可されています。また、ホワイ
トニングを行うことでエナメル質
が溶けたり、治療済みの歯に悪影
響を与えることもありません。

Q 一度白くなった歯は
どのくらい白さを
保てるのですか？

ホワイトニングの効果は、その
後のメンテナンスをしっかりやっ
て、2年くらいと考えましょう。
もちろん、メンテナンスが悪けれ
ばごく短期間で退色してしまいま
す。メンテナンスは、歯のクリ
ニングを定期的に受ける、歯科ク
リニックで購入できる過酸化尿素
入りの歯磨き剤を使う、ホームホ
ワイトニングを行う、ブラッッシ
ングや食生活に気をつけるなど。
特に食生活では、色素が濃くて
歯の変色につながる食べ物なる
べく控えることが大切。紅茶やコ

Q ホームホワイトニングは
毎日行う必要が
あるのですか？

通院の手間もかからず、割安な
費用でできるのがホームホワイ
トニングの長所。日本ではまだ行っ
ているクリニックは少ないですが、
今後増えていくでしょう。漂白用
のトレーは、必ずしも毎日つける
必要はありません。最低でも週3
日、1日2〜4時間程度はつける
ようにしてください。2週間くら
いで効果が感じられるはずですよ。

Q ホワイトニング以外で
歯を白くする方法は
ありますか？

各人の歯の健康状態や、希望す
る白さのレベルに応じたいろいろ
な方法があります（コラム参照）。
施術内容も異なりますので、歯に
負担をかけないよう、段階を踏ん
で美白を行うことが大切です。ま
ずは、①クリーニングで本来の自
分の歯の白さをとり戻す。これ
で満足できなければ、②ホームホ
ワイトニングに挑戦する。それでも白くす
るのが難しい場合は、③ダイレク
ト・ボンディングのような、歯に加
工を施す方法を試してみる。自分
の歯にはどの方法がいちばん合っ
ているのか、歯科医と相談した上
で決めるのが基本です。

歯を白くするそのほかの方法

- クリーニング
たばこのヤニや茶シブなど、ブラッシングでは落ちない汚れや着色、歯石を取り除く機械ク
リーニング。P.M.T.C（プロフェッショナル・メカ
ニカル・トゥース・クリーニング）と呼ばれ、定期
的に行うと、美白だけでなく虫歯や歯肉炎、歯
周病の予防にもなる。ただし、本来の歯の色よ
りも白くすることはできない。費用の目安¥10、
000前後。
- ダイレクト・ボンディング
歯の表面にレジン（虫歯の詰めものに使われる
特殊な材料）を薄くマニキュアのように塗り、
光を当て、固く。歯を削ることはない。費用の
目安¥20,000〜50,000。
- ラミネートベニア
歯のエナメル質を0.5ミリほど削り、ごく薄いセ
ラミックを貼りつける。ホワイトニングでは白
くならにくい歯の黒ずみに悩んでいる人や、歯
の形をきれいにしたい人におすすめ。費用の目
安、1歯につき¥80,000〜120,000。
- ジャケットクラウン
白くしたい歯がひどい虫歯になっていたたり、ラ
ミネートベニアでは対応できない場合、歯を削
り、セラミックを歯全体にかぶせる方法。歯を
削るので歯科医とよく相談を。費用の目安、1歯
につき¥80,000〜120,000。

※費用はあくまで概算です。詳しくは歯科クリニックにお問い合わせください。

精力的に「歯のホワイトニング」に取り組む歯科クリニックリスト

※④…ホームホワイトニング リスト作成協力/松尾歯科医院 松尾 通先生

- | | | | |
|--|---|--|---|
| <p>●札幌ライオンズ歯科・矯正歯科
北海道札幌市中央区南1条西4丁目 タクトエス
ワンビル2F ☎011-242-6464 各種ホワイト
ニング技術に対応可能。④あり。</p> | <p>●TEETHART（ティースアート）
東京都中央区銀座3-12-15 ☎03-3541-351
4 http://www.teethart.com 各種ホワイトニ
ング技術に対応可能。④あり。</p> | <p>●永井歯科診療室
東京都品川区西五反田8-1-14 最勝ビル1F
☎03-3490-8241 各種ホワイトニング技術に対
応可能。④あり。</p> | <p>●ABO（アボ）歯科クリニック
大阪府大阪市北区梅田3-3-45 マイト西梅田ビ
ル2F ☎06-6344-4184 http://www.aboden
tal.com プラズマアークライトを使用。④なし</p> |
| <p>●わたなべ歯科整形外科病院
北海道札幌市北区北27条西5-1-28 ☎011-7
57-4618 http://www.siv.co.jp/ESTHETICDE
NTAL/ プラズマアークライトを使用。④あり。</p> | <p>●医療法人社団仁慈会 クラジ歯科
東京都大田区大森東1-35-4-101 ☎03-376
6-4184 プラズマアークライトを使用（完全無
痛）。④あり（使い捨てタイプ）。</p> | <p>●コンドウ歯科
愛知県名古屋瑞穂区石川町2-4 ☎052-853-
1211 http://www.j-dol.com/dr/kondou/ プラ
ズマアークライトを使用。④あり。</p> | <p>●諏訪歯科診療所
大阪府大阪市天王寺区鳥ヶ辻1-1-24 ☎06-67
75-5767 http://www.j-dol.com/dr/suwa/dela
ult.html ④あり。</p> |
| <p>●猪苗代歯科
宮城県仙台市青葉区一番町3-10-17 ☎022-
223-8327 http://www.inawashiro-dental.com
βカロチン配合ホワイトニング剤を使用。④あり。</p> | <p>●銀座デンタルケアクリニック
東京都中央区銀座4-3-11 松崎ビル6F
☎03-3563-1188 http://www3.ocn.ne.jp/yb
pshika/ リフレッシュルームが好評。④あり。</p> | <p>●田島伸也デンタルオフィス
愛知県名古屋市中区丸の内3-20-17 中外東京
海上ビル11F ☎052-954-8008 http://www.
j-dol.com/dr/tajima/ ④あり。</p> | <p>●ツイン審美クリニック
大阪府大阪市中央区城見2-1-61 ツイン21MID
タワー21F ☎06-6949-1114 http://www.ha
rutsugu.or.jp/ ④なし。</p> |
| <p>●金子歯科医院
千葉県柏市柏3-8-8 金子ビル2F ☎0471-
67-2800 http://www.j-dol.com/dr/kaneko/ 各
種ホワイトニング技術に対応可能。④あり。</p> | <p>●医療法人社団 協立歯科
東京都渋谷区恵比寿西2-2-8 寿豊ビル4F
☎03-3770-5515 http://www.kyoritsu.or.jp
WHITE SPEEDというジェルを使用。④あり。</p> | <p>●古田昭臣歯科医院
愛知県名古屋市中区高社2-210 ☎052-773-
6111 http://a-furuta-dental.com プラズマア
ークライトを使用。④あり。</p> | <p>●金澤歯科医院
福岡県福岡市早良区高取1-1-22 田中ビル2F
☎092-822-7181 プラズマアークライトを使用。
④あり。</p> |
| <p>●松尾歯科医院
東京都渋谷区道玄坂2-25-6 ☎03-3464-195
8 http://www.matsmile.com/ 各種ホワイトニ
ング技術に対応可能。④あり。</p> | <p>●昭和大学歯科病院
東京都大田区北千束2-1-1 ☎03-3787-1151
http://www.senzoku.showa-u.ac.jp プラズマア
ークライトを使用。④あり（研究症例として実施）。</p> | <p>●バイオデンタルクリニック
大阪府吹田市山手町1-3-17 永伸ビル2F ☎0
6-6380-8400 http://www.BioDentalclinic.co
m レーザーホワイトニングを実施。④あり。</p> | <p>●医療法人至福会 浜島歯科医院
熊本県熊本市桜町1-28-205 桜町センタービ
ル2F ☎096-354-5087 プラズマアークライ
トを使用。④準備中。</p> |

※このリストで紹介しているクリニックは「日本歯科漂白研究会」の会員で、ホワイトニングに精力的に取り組んでいる
クリニックです。治療内容や費用などはクリニックによって異なりますので、詳細は直接お問い合わせください。