



## 『バイオペースト』使い方説明書

『バイオペースト』をご愛用くださり、誠にありがとうございます。ご家族皆様の健康生活づくりにお役立ていただければ幸いです。



### おすすめの口腔ケア

歯磨き剤は、種類によって働き方が異なります。

『バイオペースト』による、お薦めの使い方をご案内させていただきます。また、口腔ケアは、正しい磨き方だけでなく日常生活での心掛けも大切です。必要な知識を身に付けて毎日のケアにお役立てください。

#### ○ 日常のブラッシング（朝晩の2回、もしくは毎食後）（1回5分以上）

##### その1 まず全体をブラッシング（歯ブラシに水は不要です）

はじめに、歯磨剤『バイオペースト』が全体に行きわたるよう、歯の表面を広く大まかにブラッシングします。

洗浄力が全体に行きわたり汚れが浮きやすくなるため、その後のブラッシングがはかどります。

##### その2 歯間（歯と歯の間）も入念に

歯間をしっかりと磨くため、縦方向のブラッシングも行います。表側と裏側の両面を縦方向にケアしてください。

歯並びが気になる部分は、歯ブラシを縦にもってブラッシングすることも有効です。

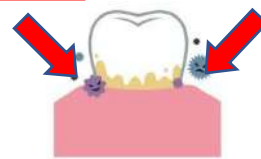
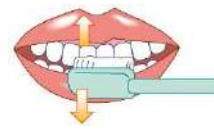
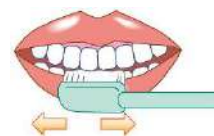
##### その3 歯と歯肉（歯茎）の境目

歯と歯肉の境目にある歯周ポケットは、磨き残しの多い場所です。歯周ポケットに対し、45度の角度に毛先を向け、歯の外側、内側を丁寧に磨きます。

#### ○ 連続で2回磨き（週に1～2回程度）（5～10分程度）

日常のブラッシングを2連続で行う2度磨きをおすすめします。2回目は少量のバイオペーストをつけて通常のブラッシングでは行き届かない、歯周ポケットの深い所や奥歯の裏側などを丁寧に磨きましょう。歯周ポケットは、奥歯になるほど深い傾向があり、虫歯や歯周病の原因となる菌がたまりやすい部分です。

奥歯のほうから、歯と歯茎の境目にある歯周ポケットに、45度の角度で、柔らかく5～10mm程度の短い間隔で動かし丹念に磨きます。歯ブラシは毛先が細く柔らかいものが良いでしょう。



#### ○ 歯間ブラシを使ってのお手入れ

歯と歯の間には、丁寧なブラッシングでも磨きにくい場所があります。定期的に歯間ブラシやフロスを使ってのお手入れをおすすめします。歯間ブラシにバイオペーストを少量つけるのも有効です。



#### ○ 指先につけてマッサージ

歯肉に気になる部分がある場合、『バイオペースト』を少量指先につけて、やさしくマッサージしてください。すすがずにそのまま放置しても大丈夫です。

#### ○ 外出先などで

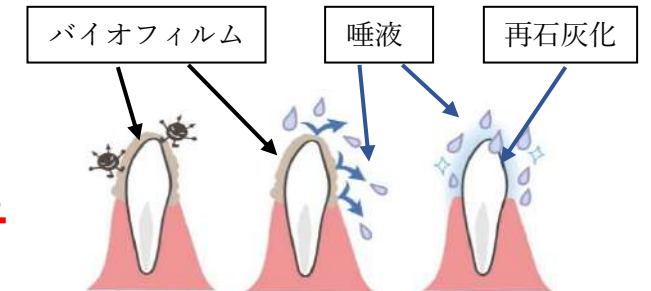
外出先で歯を磨くことができない場合、『バイオペースト』を少量口の中に入れて、舌で全体に行きわたらせます。すすがずにそのまま放置しても大丈夫です。

### 知覚過敏や虫歯予防に気を付けること

知覚過敏や初期の虫歯は以下の条件が整うことで自然治癒（再石灰化）に向かいます。

唾液の中には、再石灰化成分リン酸やカルシウムが含まれているためです。

自然治癒への要素は「正しい歯のお手入れ」が50%  
残りの50%は「日常の心がけ」からなります。



- 高い洗浄力で歯の表面に貼り付いたバイオフィームが落とせる歯磨き剤を使う
- 出来るだけ毎食後に歯を磨く。  
※ バイオペーストは毛先が細く柔らかい歯ブラシを使うことで食後すぐの歯磨きが可能。
- 研磨剤を含まない歯磨き剤を使用する。知覚過敏が気になる時は柔らかめの歯ブラシを。
- 酸性の食品カスを口腔内に残さない（梅干し・酢の物・漬物・果実・赤ワインなど）  
⇒ エナメル質を溶かし弱くするため。
- 酸性食品を最後に食べない。最後に食べたなら食後直ちに口をすすぐ
- 日常頻繁に口をすすぐ（エナメル質表面を常にきれいにしておく）  
※ 口のすすぎ方は水と少量の空気を含み、歯のすき間も通しながら、激しく音を立てるようにおこなうと効果的です。

### YouTubeで検索⇒⇒⇒『公式バイオペースト』

パンフレットや説明書では知ることの出来ない製品の詳細情報、歯科医師や歯科衛生士の方々ご愛用者様からのお声やご質問を参考に、毎日の口腔ケア・健康生活にお役立ちする様々な情報を連載してお届けして参ります。



## Q & A

Q: 使用量の目安を教えてください。

A: しっかりと磨く場合は、歯ブラシの毛先の長さに対し、半分から3分の1程度です。通常の歯磨きでは、米2～3粒程度でも大丈夫です。  
『バイオペースト』は、少量でも高い洗浄作用があります。

Q: 1本60gで何日ぐらい使えますか？

A: 1回の使用量を0.5gとした場合、1日2回磨いて約2ヶ月程度になります。  
1円玉大にあたる量で約1gですので、0.5gはその半分程度の量になります。

Q: 飲み込んで大丈夫ですか？

A: 使用中に飲んでしまっても問題はありません。『バイオペースト』は、良質な食品レベルの安全性を目指して作られています。

Q: 子どもや高齢者にも使えますか？

A: 小さいお子様やご高齢者にはメントールを省いたバイオペーストキッズをお使いください。すすぎがしにくい介護の現場でも喜ばれています。

Q: マウスウォッシュとしても使えますか？

A: お使いいただけます。『バイオペースト』は短時間では水には溶けにくいいため、通常の使用量を口に入れ、舌や指で口腔内全体にいきわたらせてから、うがいをしてください。

Q: 『バイオペースト』は電動歯ブラシでも使用できますか？

A: ご使用いただけます。

Q: ホワイトニングもできますか？

A: 自然の白さに近づけるホワイトニングは可能です。漂白したような白さにはなりません。

Q: ペットにも使えますか？

A: メントールやキシリトールなど、ペットが苦手とする成分が含まれていますので、ペット用は『Bio Paste Ruth (バイオペーストルース)』をおすすめいたします。

Q: 使用期限はどのくらいですか？

A: 未開封で製造後約3年間です。

Q: 『バイオペースト』を推奨する歯科医師・医師はいますか？

A: 『バイオペースト』は、医師や歯科医との連携で製品化され、改良が続けられています。 歯科、内科、治療院、整体、美容室など健康に携わる分野でもおすすめいただいています。2018年9月にヨーロッパで開催される代替医療の国際大会「ECIM」にて、歯科医師と開発者による『バイオペースト』の発表が行われ、海外の医療関係者に注目を集めました。

Q: 歯周病が治せますか？

A: 医薬部外品ではありませんので、治せるという表現には至りませんが、『バイオペースト』には高い洗浄力があるため、歯周病菌やカンジタ菌、ウイルスなど口腔内にとどまる原因物質も含め「口中を浄化」します。虫歯や歯周病、風邪などの予防としてもご利用ください。



Q: 界面活性剤が入っていませんが、なぜ『バイオペースト』には高い洗浄力があるのですか？

A: バイオペーストに入っているミネラル塩（通称バイオミネラル）が高い洗浄力のカギになっています。特許取得済（特願2014-174604）ユタ州ソルトレイクからの塩を特殊な技術で加工し、高い洗浄力と高い還元力、強いアルカリ性をもたらしているものです。この技術の詳細は企業秘密となっており、一般には公開していません。

Q: 『バイオペースト』は、味覚に悪影響を与えないのですか？

A: 味覚への影響はありません。歯磨剤に様々な化学物質などが含まれると、舌の表面にある味をつかさどる味蕾の機能を一時的に低下させてしまうようです。歯磨きの後のミカンやコーヒーの味に違和感を持たれた方も多いと思います。口から入る食べ物は健康生活の基盤となりますので、正常な味覚を維持して、食べ物の質の見極めができるようにしておくことが大切です。

Q: 『バイオペースト』に研磨剤が含まれていませんが汚れが落ちますか？

A: 『バイオペースト』には強い洗浄力があるため、歯にこびりついた色素や汚れ、細菌の塊を洗い流すことが可能です。  
『バイオペースト』はエナメル質の自然治癒を応援して知覚過敏から歯を守ります。そのため、研磨ではなく高い洗浄力で汚れを落とす方法がとられています。

Q: 『バイオペースト』は口のなかで泡立たないのは何故ですか？

A: 界面活性剤や発泡剤を使用していないためです。口腔内に泡が溜まると、洗浄成分であるペーストを洗面所に吐き出す回数が増え、洗浄力も薄まります。泡が出にくいことで、濃い洗浄成分を保ちながら、長時間磨きやすくなります。

Q: 『バイオペースト』の高い洗浄力で、口内の善玉菌を含む、全ての菌がいなくなってしまうことはありませんか？

A: ありません。歯磨きは、歯と歯茎の境目のブラッシングが主であり、その表面積は口内全体の20%以下です。それ以外の舌の味蕾（みらい）等に入り込んだ全ての細菌を除去することは困難だからです。また、バイオペーストは乳酸菌成分と還元力により口腔内の環境を整え、善玉菌が活性しやすい環境を残します。

Q: 還元力とはどういうものですか？

A: 水や食品などは、放置しておくとう酸化（酸素と反応）し、やがて腐っていきます。還元とは酸化の対義語で、一般に還元力があるものは腐敗しにくく、新鮮さも保ちやすくなります。酸化や還元の数値を測る、ORPメーターという計測器がありますが、『バイオペースト』の還元数値は、 $-160\text{ mV} \sim -200\text{ mV}$ 程度の範囲で、強い還元力があります。

Q: 還元力があると、どのように良いことがあるのですか？

A: 口臭予防、歯石や歯垢の再付着を軽減することができます。口臭の原因には、口腔内が酸化することでの酸化臭と、酸化した口腔内の環境で繁殖する悪玉菌からの悪臭がありますが、還元力は口腔内の酸化環境を素早くリセットします。また、強い還元力にはマイナス電子が大量に含まれ、歯の表面にイオンバリアを貼るため、歯の表面につきやすい色素や汚れ、歯垢や歯石の再付着を軽減する働きがあります。