



# 歯科キャンペーン(前期)のお知らせ

受診期間

5月1日(金)～  
6月30日(火)まで



申請方法が変わりました!従来のメールでの申請は受け付けませんので、ご注意ください。

## 歯科キャンペーン概要

対象者	被保険者・被扶養配偶者 (GSK健保に加入する本人および配偶者)
参加方法	キャンペーン期間中に歯科へ行き、歯科検診や歯石除去を受けましょう。市区町村で実施する、歯科検診を受けた場合や、治療中の方も申請を受け付けます。 受診後、「GSK健康マイポータル」にログインし、「開催中イベント【申込み】」に必要事項を入力して、領収書※をアップロードして申請ください。 ※領収書には、必ず受診した日付、受診者氏名、歯科医院名が記載されていること。
参加賞	被保険者(本人)の方…GSKポイント1,500P 被扶養配偶者の方…GSKポイント1,500P (被保険者に付与します) ためたポイントに応じて、KENPOSにてお好きな商品と交換ができます。
申請受付期間	2026年5月1日(金)～7月10日(金)

## 歯科キャンペーン申込み方法が変わります

キャンペーンへは「GSK健康マイポータル・開催中イベント【申込み】」から

「開催中イベント【申込み】」へのログイン方法 /

**1**

こちらの二次元コードからでもOK

WEBサイトで「GSK健保 HP」検索

**2**

「GSK健康マイポータル」をクリックしログイン

**3**

「開催中イベント【申込み】」をクリック

ご不明な点は「jp.kenpo@gsk.com」まで

## 歯ぎしりや食いしばり、気になっていませんか?



### 歯や顎に負担をかける“ブラキシズム”とは?

「歯ぎしり」や「食いしばり」といったお口の習癖は総称してブラキシズムと呼ばれ、睡眠中だけでなく、起きている時(覚醒時)にも起こります。ブラキシズムでは、通常の咀嚼時の約6倍の力が歯や顎にかかることと推定され、歯のすり減り・欠け、さらに頬や顎まわりへの負担につながることがあります\*1。とくに睡眠時のブラキシズムは自覚しにくいいため、起床時の顎のこわばりや痛み、家族からの音の指摘などが手がかりになります。日中にふと力が入り、食いしばりが続く場合も含め、気になる症状があれば、早めに歯科へ相談しましょう。

	現象	歯科での対処/日常ケア
睡眠時ブラキシズム	・就寝中の無意識な歯ぎしり・食いしばり	歯科医師の診断のうえ、歯や顎まわりの保護を目的としてナイトガード(歯ぎしり用マウスピース)が提案されることがあります
覚醒時ブラキシズム	・起きている時の強い食いしばり ・日中、上下の歯が軽く触れたままになる癖(TCH=歯列接触癖)	自覚・行動療法で軽減も可能。歯科でのカウンセリングを通して、気づいた時に上下の歯を離すことや口元の力を抜く練習を提案されることがあります

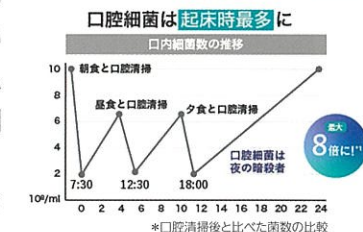


▲ナイトガード(歯ぎしり用マウスピース)

### 一晩で菌が8倍!? ナイトガードには“朝いち”徹底洗浄を

睡眠時ブラキシズムへの対策として使われるナイトガード。歯科医院で作製されるカスタムタイプが主流ですが、市販の簡易タイプもあります。どちらを使う場合も、毎朝の専用洗浄剤による洗浄が、ニオイ・ヌメリ・黄ばみ防止のカギです。

ナイトガード装着者の悩みトップ3は「ニオイ」「黄ばみ」「ヌメリ」\*2。その主な原因は睡眠中に増えるお口の菌。一晩の睡眠後、起床時の口腔内細菌数は最大8倍に増加するといわれています\*3(右図)。睡眠中は唾液の分泌が減り、菌が洗い流されにくいいため、起床直後は菌が最も多いタイミング。ナイトガードの表面にはバイオフィーム(細菌が集まってできるぬるぬるした膜)が付着しやすくなります。だからこそ、“朝いち”の洗浄でニオイ・ヌメリ・着色のもとになる汚れを除去し、清潔を保ちましょう。



歯科医推奨ブランド  
**No.1** **ポリデント**

**ポリデントでナイトガードのケア習慣を**  
ナイトガード、矯正用マウスピースの気になる「ニオイ」「黄ばみ」「ヌメリ」を徹底洗浄!  
※対象:口腔内装置洗浄剤内。当社が第三者調査機関へ委託し、歯科医師サンプル200名へ2022年6月に実施した定量調査に基づく

ベーシック	プレミアム <span style="float: right;">新発売</span>	泡
<p>3分でニオイ*1・黄ばみ・ヌメリをトリプル洗浄!</p> <p><b>ポリデント マウスピース洗浄剤</b></p>	<p>歯垢予防*2機能がプラス! 約6倍*3も菌やヌメリの蓄積を防ぎます</p> <p><b>ポリデント マウスピース洗浄剤プレミアム</b></p>	<p>お手軽クイック洗浄! 1分で99.99%除菌*4</p> <p><b>ポリデント 泡ウォッシュ</b></p>
<p>*1 原因菌 *2 マウスピース上の *3 一般的なハミガキとの1週間後の比較。毎日適切に使用した場合。当社調べ(in vitro) *4 当社調べ(in vitro)</p>		

### ポリデント「マウスピース洗浄剤」を10名様にプレゼント

ポリデント「マウスピース洗浄剤」を抽選で10名様にプレゼント!  
応募は右記QRコードから、応募締め切りは4月30日です。

