

5ステップで完璧！

# nösh 使い方ガイド

手軽に使えて簡単便利なnöshですが、使い方を意識すればもっと効果を実感できるんです。簡単5ステップで完璧なオーラルケアを目指しましょう！



STEP  
1



## nöshの前に！

市販の歯みがき粉や歯間ブラシ、デンタルフロスを使う場合はnöshの前がおすすめです。

STEP  
2



## 薄めずに全量を！

nöshの封を開けて、全量を口に含んでください。水などで薄めず、そのまま使用してください。

STEP  
3



## ブクブクうがい！

10秒～を目安に、お口の中全体に行き渡るように、ブクブクとうがいをし、はき出してください。

STEP  
4



## ブラッシング！

お口を水ですすがず、歯の表面の汚れを落とすようにお手持ちの歯ブラシでブラッシングをしてください。

STEP  
5



## すすいで終了！

口に残った汚れを水ですすいだら完了です。



## nöshの後のブラッシングは必要？

nöshでのうがいの後にはブラッシングをするのが基本です。しっかりブラッシングをすることで、うがいだけでは取りきれなかった細かい汚れが落ち、爽やかな息と白い歯に導きます。ですが、外出先など、歯ブラシがない状況でなら話は別。nöshでうがいするだけでも、息スッキリを十分に実感いただけます。

フューメントカスタマーセンター お問い合わせ先

☎ お電話でのお問い合わせ



**0570-024-300**

受付 10:00～18:00 (土日祝および当社指定日を除く)

✉ お問い合わせフォーム

<https://contact.ec-fmt.net/>

受付24時間(年中無休)



\* F U - 0 3 3 \*



「nosh」のよくあるご質問を解消!



noshをご愛用いただく方から寄せられたご質問にズバリお答えします。

使い方への疑問のある方は、ぜひご一読ください。

**Q 子どもが使っても大丈夫ですか?**

**A** はい、ピリピリとした刺激が少なめなのでお子様でもご使用いただけます。  
不安のある方は、医師とご相談ください。

**Q 口の中に傷があっても使用できますか?**

**A** いいえ、傷や口内炎、火傷などの外傷がある場合はご使用をお控えください。また、ご使用を再開する際には、医師へのご相談をおすすめします。

**Q いつ使ったらいいですか?**

**A** 起床後や就寝前、食事の後など、お口の汚れや臭いが気になる時がおすすめです。  
1日の使用回数に制限はありません。

**Q 入れ歯でも使って大丈夫ですか?**

**A** はい、入れ歯を装着した状態でもご使用いただけます。なお、本品は入れ歯洗浄剤ではないので、入れ歯の漬け置き洗いにはご使用いただけません。

**Q 仕上げのブラッシングはしたほうがいいですか?**

**A** はい、外出先などで歯ブラシがお手元にならない場合以外は、ぜひブラッシングをしてください。歯の表面に残った汚れをしっかり取り去ることが、爽やかな息と白い歯につながります。

**Q 薄めて使っても効果は出ますか?**

**A** いいえ、希釈するタイプの製品ではありませんのでできる限りそのままご使用ください。味や刺激が苦手な場合は薄めてもご使用いただけますが、効果を実感しにくくなることがあります。

**Q うがい後は飲み込んでも大丈夫ですか?**

**A** いいえ、飲料ではありませんので飲み込まないようにしてください。もし、誤って飲み込んでしまっても、基本的には問題ありませんが、体調の変化等を感じましたら医師へご相談ください。

**Q 使用後は口をすすぐほうがいいですか?**

**A** はい、口内に固まった汚れやブラッシングで出た汚れが残っていることがありますので、すすいでください。もし、お水がないなどすすげないときに、しっかりとほき出してください。

**Q 使った後に汚れのかたまりが出ないのですか?**

**A** 口内の状態によっては、汚れが目に見える大きなかたまりで出ず、目では見えにくい微細なかたまりで出る場合があります。

**Q なぜ着色料が配合されているのですか?**

**A** 口から出た汚れを茶色くし、よりわかりやすくするために配合されています。配合量はごく少量のため、歯に着色汚れが残ることはありません。心配な場合は、ブラッシング後のすすぎをしっかりと行ってください。