

# フッ化物洗口からはじめる むし歯予防



フッ化物  
洗口

フッ化物の水溶液を使ってブクブクうがいを行い、歯のエナメル質表面に直接フッ素イオンを作用させる方法。

## ★3～4才ぐらいの頃～中学生頃まで

この頃がもっともむし歯になりやすく、この時期に継続してフッ化物洗口をすることで、大きなむし歯予防効果が期待できます。また、大人になっても続けることで、一生健康な歯を維持することも期待できます。



## フッ素効果でむし歯の数が増える!!

○小学校において6年間フッ化物局所応用法を実施した児童の20歳におけるう蝕予防効果

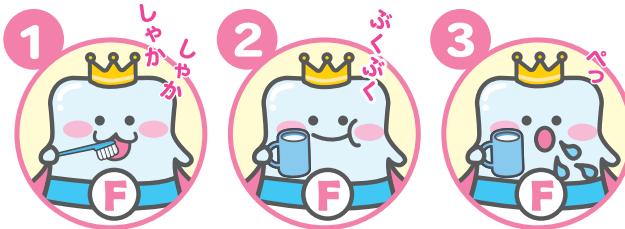


大人になっても  
キレイな歯  
を目指そう!!



## 洗口液の使い方

◆洗口方法◆ 1日1回、5～10mLを口に含み、30秒間洗口します。



1 歯を良く磨き、汚れを落とします。

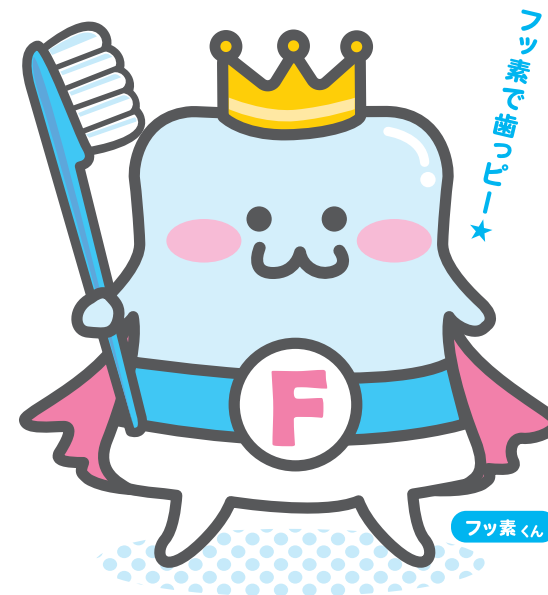
2 うつぶいて約30秒間ブクブクうがいをします。

3 液をはき出します。



T-4

# フッ素で 強い歯 丈夫な歯



フッ化物洗口は、日本で、世界で推奨されているむし歯予防法です。

効果的で簡単!!50～80%のむし歯予防効果!!

発売元  
(株)ビーブランド・メディコーデンタル

本社 大阪市東淀川区西淡路5-20-19 TEL:(06)6370-4182  
東京営業所 東京都千代田区神田錦町1-14(立花日英ビル) TEL:(03)3295-6926

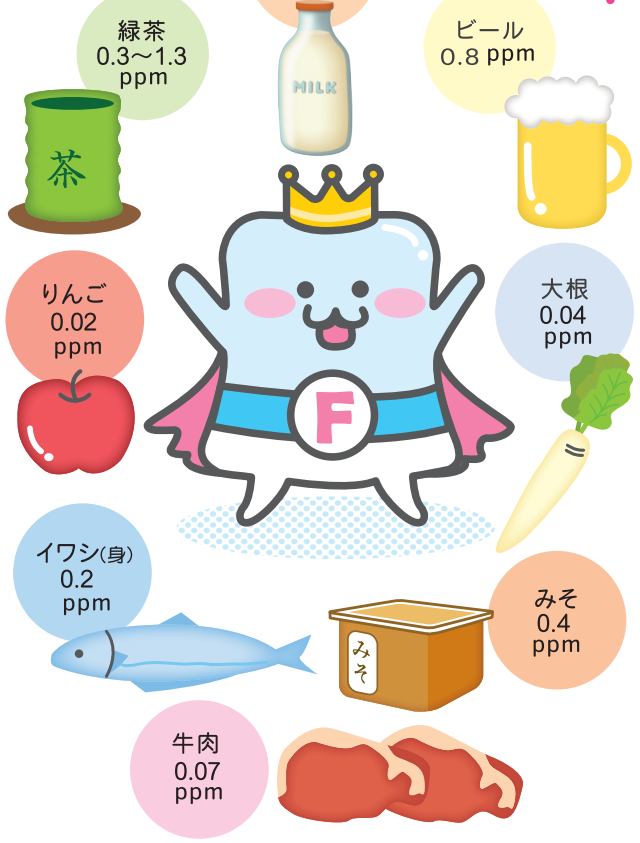
<http://www.bee.co.jp>

Bee BEE BRAND  
MEDICO DENTAL

# フッ素ってなあに？

フッ素は自然界に広く分布している**自然元素**の1つで、地中  
はもとより海、山、川、そしてすべての動植物などに存在して  
います。毎日の食事を通じて私たちのカラダに摂取されている  
ものでもあり、歯質を強化する効力が最も高いことから、**世界  
各国でむし歯予防に利用**されています。

## フッ素はむし歯を予防するよ!!



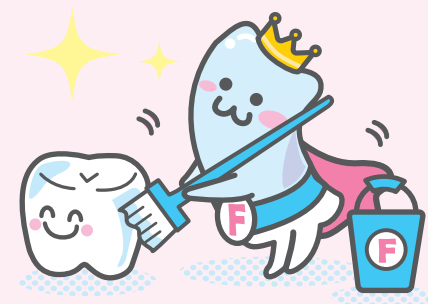
食物中に含まれるフッ素濃度 (単位ppm)  
出典：医歯薬出版(株)「新予防歯科学第4版・P89」より

# なぜ フッ素は歯にいいの？

フッ素は歯を**強化**したり、むし歯菌に負けない歯をつくる働きがあります。

## 1 初期むし歯を修復 (再石灰化の促進)

フッ素は、むし歯にな  
りかかった歯から溶  
けだしたカルシウム  
などが、再び歯の表  
面に戻ろうとする作  
用**(再石灰化)**を助  
け、歯の修復を促進  
します。



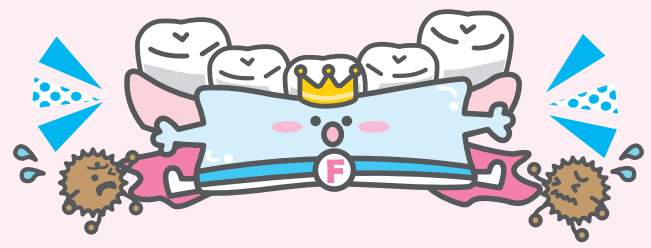
## 2 歯質を強化する (耐酸性)

フッ素が歯に取り込まれることで、**エナメル質**が強化され、  
酸に溶けにくい強い歯になります。



## 3 むし歯菌の抑制

フッ素の抗菌作用により、**むし歯菌の働きを抑え、酸の産生を抑制**させます。



# フッ化物応用の種類

フッ化物応用は大きく分けて、「**全身応用**」と「**局所応用**」があります。

※「**全身応用**」はわが国では**実施されていません**。

- 全身応用** フッ化物を**直接飲みこんで体内に取り込む方法**  
(例) ・水道水フッ化物添加 ・フッ化物錠剤  
・フッ化物添加食塩 など
- 局所応用** フッ化物を**直接歯に作用させる方法**  
(例) ・フッ化物洗口 ・フッ化物歯面塗布  
・フッ化物入り歯磨き剤

## フッ化物応用(局所応用)の種類によって効果は違うの??

### 永久歯のむし歯予防効果

- ◎ フッ化物洗口 ..... 🏆 50~80%
- ◎ フッ化物歯面塗布 ..... 30~40%
- ◎ フッ化物入り歯磨き剤 ..... 20~30%

出典：医歯薬出版(株)「フッ化物ではじめるむし歯予防」より

フッ化物の種類や使い方によって効果はことなりますが、  
どの方法でも早くはじめて**長く続けることが大切**です。  
またいくつかのフッ化物応用を**併用**することで大きな予防  
効果が期待できます。

