

フッ化物洗口による むし歯予防



フッ化物
洗口

フッ化物の水溶液でブクブクうがいをして、
歯の表面に直接フッ化物イオンを作用
させる方法。

● 4才～中学校卒業まで続ける

永久歯が生えてくる6歳
～中学生頃がもっとも
むし歯になりやすいため、
この少し前からむし歯
予防を始めることが大切
です。



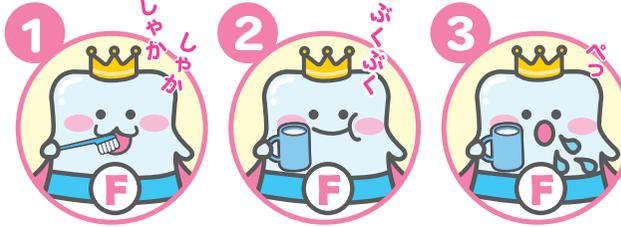
また、大人になっても
歯ぐきがさがるとむし歯になりやすくなりますので、
フッ化物洗口を続けることが大切です。

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、約30秒間
洗口して吐き出します。



1 歯をよく磨き、汚れ
を落とします。

2 ややうつむいて約
30秒間ブクブク
うがいをします。

3 液をはき出します。

家庭では1日1回、小学校・中学校等で行う
集団洗口では1週に1回等で実施することが多いです。

フッ化物洗口剤を使用される方へ

フッ化物を活用した
むし歯予防について

フッ素で 強い歯 丈夫な歯



Bee (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1-14-12(立花日英ビル5F) TEL:(03)3295-6926

<https://bee.co.jp/>

ビーブランド

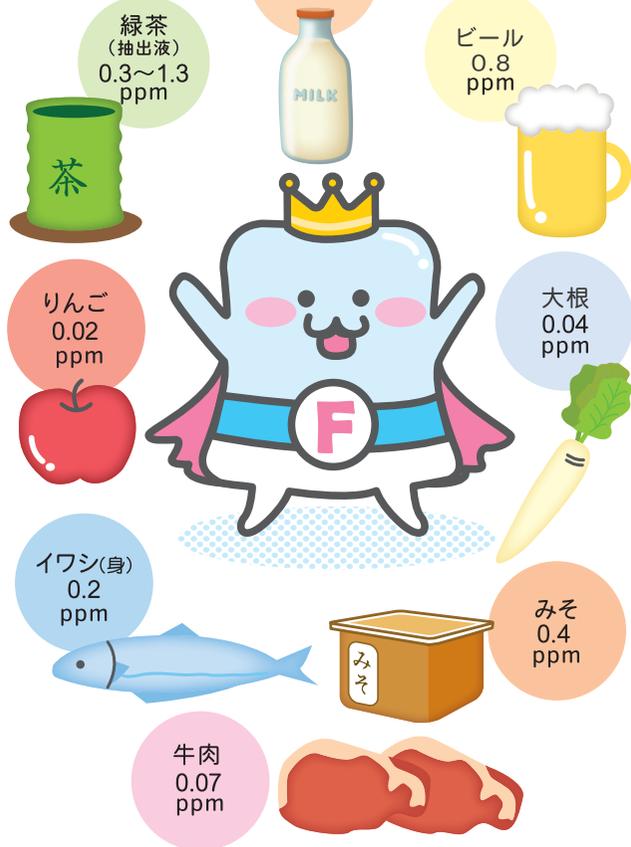
検索

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、地中ではもとより海、山、川、そして動植物に存在しています。飲食によって、日常的に私たちのカラダに取りこまれているもので、歯質を強化する作用があることから、**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：フッ化物応用研究会編：日本におけるフッ化物摂取量と健康、社会保険研究所、東京、2007、83-85

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 再石灰化の促進

フッ素は、カルシウムなどが溶けだして、むし歯になりかかった歯に再びカルシウムなどを戻す作用**(再石灰化)**を助けます。



2 歯質を強化する

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

フッ素は、**むし歯菌の働きを抑え、酸がつくられるのを抑制**します。



フッ化物応用の種類

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

※「全身応用」は日本では実施されていません。

全身応用

口から入ったフッ化物を胃や腸で吸収し**体内に取り込む方法**

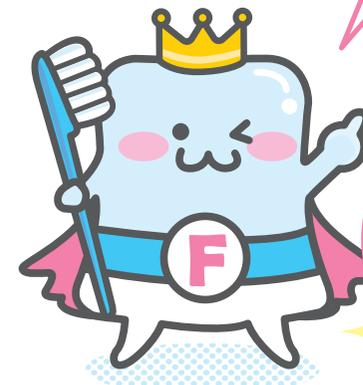
- (例)・水道水フッロリデーション
・フッ化物錠剤
・フッ化物添加食塩 など

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

フッ化物応用はどの方法でも早くはじめて**長く続けることが大切です。**



続けることが大切です