

# 早分かり保育所(園)・幼稚園 歯科マニュアル

## No.10 フッ化物について 応用編

フッ化物を上手に利用して<sup>けんこう</sup>健口になろう！

● フッ化物は歯が生えたばかりの子どもたちにはもちろん、大人にも効果的 ●



フッ化物によるむし歯予防効果は、生えて間もない歯に最も効果が大きく、また成人の歯と歯の間や歯根面にできるむし歯にも効果があるので、**全年齢を通じて応用することが奨められます。**

ステージ	出生	保育所 幼稚園	小学校 中学校	高校	成人	老人
年齢	0 1 2	3 4 5	6…12…15	16…18	19…64	65…
家庭	← フッ化物入り歯みがき剤、フッ化物スプレー → ← 家庭でのフッ化物洗口 →					
歯科医院 保健センター	← フッ化物歯面塗布 →					
保育・幼稚園 小・中学校	フッ化物洗口、フッ化物入り歯みがき剤 ← →					
地域全体	← 水道水フッ化物添加 →					

## ● フッ化物で健口にする方法 ●

### フッ化物洗口



フッ化物を溶かした液で、口の中をブクブクゆすぐ方法です。学校など集団での実施が効果的です。また、かかりつけ歯科医の指導の下に、家庭で行うこともできます。

### フッ化物 歯面塗布



歯に直接フッ化物を塗る方法です。  
歯科医院で、年に2回以上定期的に塗ってもらいましょう。

### フッ化物入り 歯みがき剤



歯みがきの時に、フッ化物入り歯みがき剤を使う方法で、家庭で手軽にできます。現在市販されている歯みがき剤の多くにフッ化物が含まれています。

## ● フッ化物の使用法によるむし歯の予防効果の違い ●

フッ化物の種類や使用方法により、むし歯の予防効果は違います。早く始めて長く続けるほど、大きな効果が期待できます。これらを組み合わせることでさらに効果が上がります。

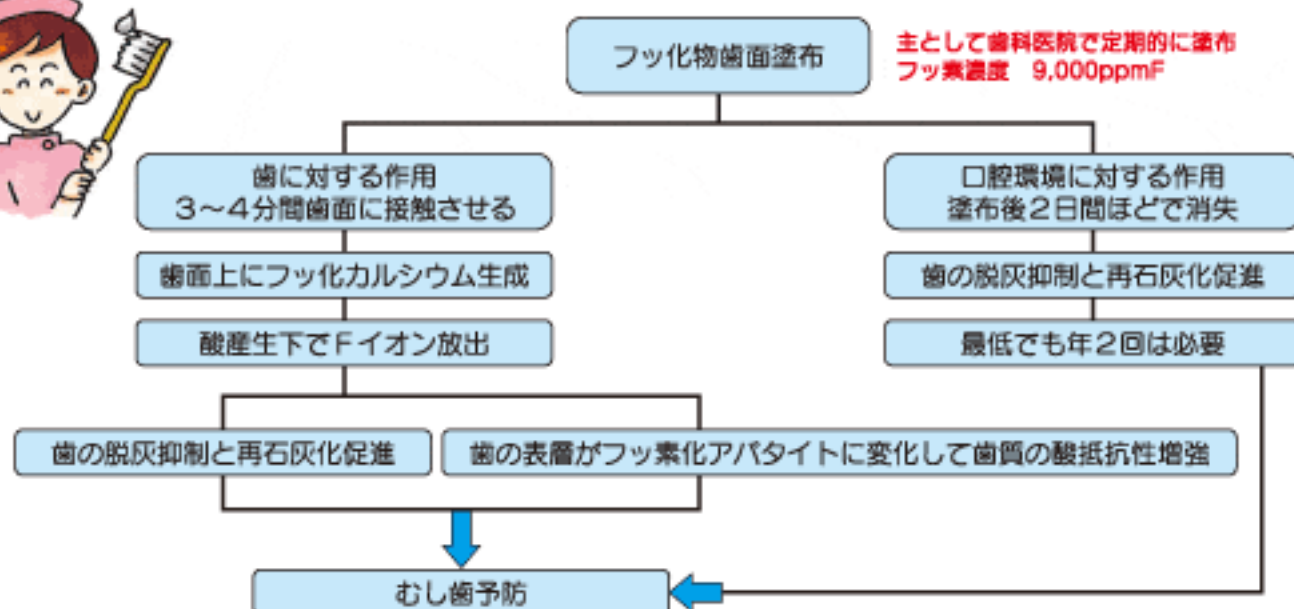


## ● フッ化物の濃度によるむし歯予防作用の違い ●

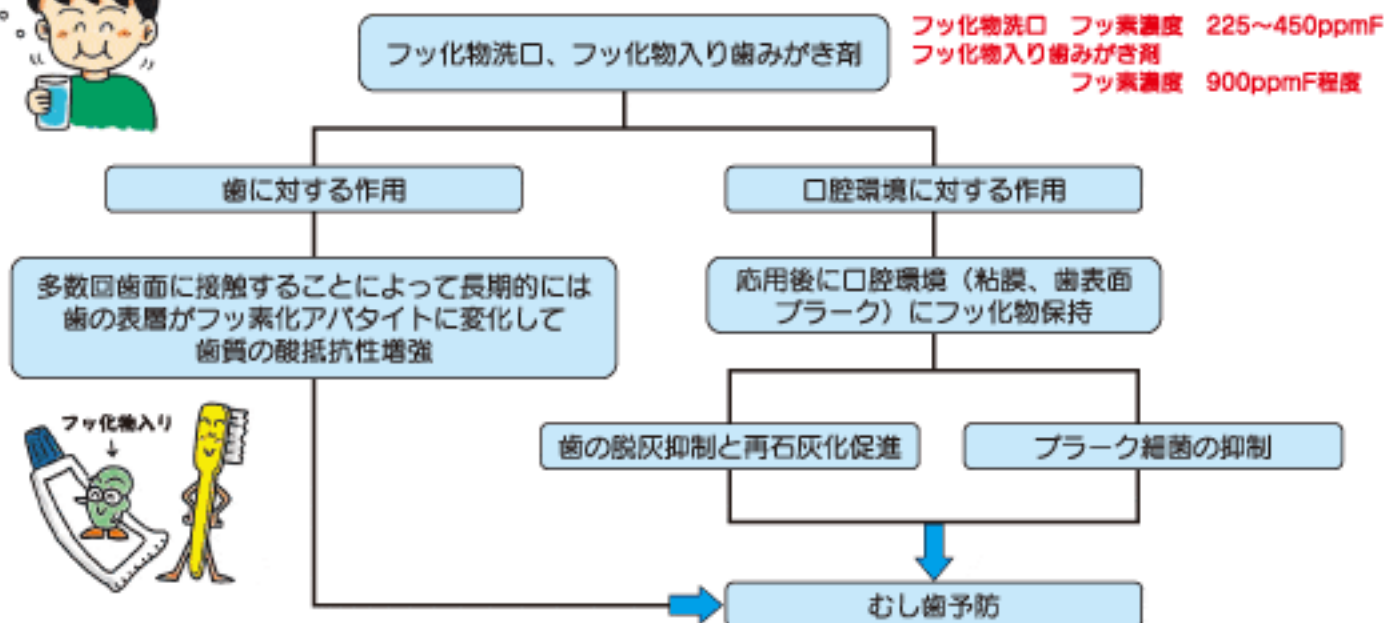
フッ化物を応用したむし歯予防法は科学的に効果が実証された有効な方法です。

フッ化物の局所応用には高濃度と低濃度のものがあり、両者のむし歯予防作用はそれぞれ異なります。

### 高濃度フッ化物少数回応用によるむし歯予防作用



### 低濃度フッ化物多数回応用によるむし歯予防作用



(まとめ)

高濃度のフッ化物の応用では歯の表層の酸抵抗性を増強し、低濃度のフッ化物の応用では歯の脱灰抑制と再石灰化の促進が期待できます。

したがって両者を合わせて使用することがフッ化物応用によるむし歯予防を成功させる鍵になります。

(資料提供 神奈川歯科大学大学院口腔衛生学講座教授 荒川浩久先生)



## ● フッ化物を応用したむし歯予防にはこんな方法もあります ●

### ★シーラント

むし歯になりやすい奥歯の溝を、フッ化物を含んだお薬で埋めてむし歯予防する方法です。

生えたての歯に行くと効果があります。

※詳しくは歯科医院にご相談ください



### 奥歯のむし歯予防にはシーラント



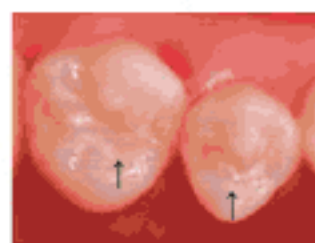
生えたての奥歯は、溝が深く複雑で、歯ブラシが届きにくい。ため、食べかすやバイ菌がたまりやすい場所です。



溝がシーラント材でふさがれました。歯ブラシも当たりやすく、汚れがたまりにくくなりました。



シーラントでバリアー！しかもフッ化物配合だから、さらに効果的。



シーラントを行った歯

「歯科口腔保健法」では、平成34年の12歳児のう歯のない者を65%にできています。(平成23年 54.6%)

8020達成のためにも歯の喪失原因の約33% (破折を含めると44%) を占めるむし歯対策は不可欠です。

より積極的なフッ化物応用で日本のむし歯予防の状況を世界のトップレベルに引き上げることも十分に可能です。

### 参考文献

新 フッ化物ではじめる むし歯予防

筒井昭仁・八木 穂/編 医歯薬出版

フッ素で健康づくり

田浦勝彦・磯崎篤則・小林清吾 砂書房

お母さんの疑問に答える すこやかな口 元気な子ども

田中英一・佐々木 洋・井上美津子・佐々木美穂乃・丸山進一郎

わかりやすい 乳幼児の歯と口の健康

社団法人 浜松市歯科医師会

静岡県学校歯科保健ニュース第6号

## 静岡県健康福祉部・静岡県歯科医師会

早分かり保育所(園)・幼稚園歯科マニュアル

平成26年3月

一般社団法人 静岡県歯科医師会

〒422-8006 静岡市駿河区曲金3-3-10

TEL 054-283-2591 FAX 054-283-3590

URL <http://www.s8020.or.jp>