

フッ化物について

フッ化物とは

フッ素は化学的に合成されたものではなく、自然界に広く存在している元素です。むし歯予防で使われるフッ素は「フッ化ナトリウム」でお茶等に含まれているものと同じです。



*むし歯予防で使われるフッ化物は適切に使用・摂取すれば、人体に害はありません。
有機フッ素化合物 (PFAS) とは性質や用途も全く異なります。

フッ化物の作用機序

フッ化物を利用したむし歯予防は世界保健機関 (WHO)、厚生労働省や歯科の専門学会等が効果的かつ安全な方法として推奨しています。

フッ化物は、次の3つの作用によりむし歯予防に効果があります。

- ① 歯を強くする (歯質強化)
- ② 初期う蝕の再石灰化促進・う蝕の進行抑制
- ③ 抗菌作用

フッ化物を利用したむし歯予防法

- ①フッ化物配合歯磨き剤
- ②フッ化物塗布
- ③フッ化物洗口



フッ化物洗口は、保育所・幼稚園・認定こども園・小学校・中学校で実施されています。

フッ化物洗口実施の流れ

【実施方法】

週1回法と毎日法があります。

フッ化物洗口剤 (フッ化ナトリウム水溶液) 5mlを口に含み30秒程度、ブクブクうがいをし、吐き出します。



Check

なぜ、フッ化物を子どもの頃から使うとよいの？

- ・歯の生え変わりの時期に、フッ化物洗口を実施することで歯の質を強化します。
- ・子どもの頃からむし歯を防ぎ、口の機能を適切に獲得することで豊かな生活につながります。

Check

なぜ、集団でフッ化物洗口を行うの？

- ・集団で行うことで、施設や学校における保健活動全般の活性化が促されます。また、児童や保護者の歯の健康づくりへの意識の高まりが促されます。
- ・むし歯は家庭環境等の影響を受けやすいですが、フッ化物洗口はすべての子どもに効果があります。