

簡単にできる虫歯予防。フッ素を使用しよう。（塗布、うがい、歯磨き）



## フッ素の3つの効果

### 【1】 歯質の強化する

歯のエナメル質を硬くすることで、虫歯の原因菌が作り出す酸に強い歯を作っていきます。

### 【2】 再石灰化作用を助ける

酸で溶けてしまった虫歯になりかけた部分をもとに戻す、唾液の再石灰化作用を助けます。

### 【3】 虫歯原因菌の活動を抑える

虫歯の原因菌の活動を抑えて、歯を溶かす酸が作り出される量を抑制することができます。

## ・フッ化物の安全性

フッ素は自然界に存在し、乳製品や魚介類、野菜や果物に含まれている安全な物質です。しかし過剰に摂取すると副作用が報告されていますが、歯科医院やご自宅で虫歯予防のために使用する量においては、問題はありません。

妊娠中や授乳中のお母さんでも安心です。また、お子様がうがいの時に一回分の全部を飲み込んでしまっても害はありません。フッ素の使用にやりすぎは無いので、何度も繰り返しても良いです。他のお薬との併用も構いません。

お口の中の歯科の詰め物や矯正装置、入れ歯にも無害です。※高濃度のフッ素塗布はインプラントの金属（チタン）を腐食させる恐れがある報告があります。インプラントをされている方は歯科医師にご相談下さい。

フッ素塗布は濃度が高いため、歯科医院でしか行うことはできませんが、数か月に一度で虫歯を20～40%程抑制する効果があると認められています。

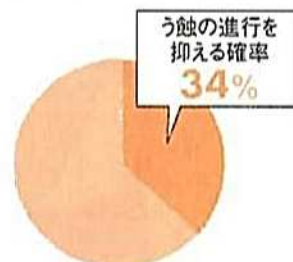
当院では、お子様の虫歯予防は将来的にも非常に重要と考えておりますので、健診を受けられたお子様はフッ素塗布は無料で行っております。  
お気軽にお申し付けください。

また、フッ素うがい薬は歯科医院で購入できます。

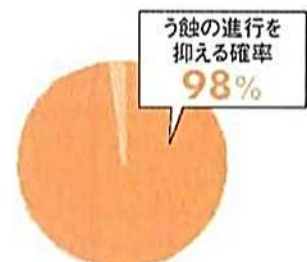
フッ素入りの歯磨き粉は市販されていますが、歯科医院専用の物の方が濃度が高いことが多いので、歯科医院で購入されることをお勧めします。

### 歯科医院のフッ素入り歯磨き粉の虫歯抑制効果

〈1週間に1度以下の使用〉



〈毎日の使用〉



(M.W.Stratemann,Shannon;Am.J.Orthod.September 1974より)