

長い歴史があります。
フッ化物は世界各国で使われ、

世界各国でむし歯予防法として応用されています。

WHO(世界保健機構)をはじめ、世界各国の保健医療の専門機関が安全性とむし歯予防の効果を認め、日本の厚生労働省もフッ化物の利用を推奨しています。

世界各国でむし歯予防の実績があります。

北欧諸国やアメリカ、カナダなどの先進国では、昔からフッ化物を利用し、むし歯予防に大きな効果を上げています。

また、安全に利用できるのも、生活習慣の一つとしてフッ化物を利用しています。

適正な量を摂取すれば安全です。

どんなに安全と思われている薬でも、量が過ぎれば体に悪影響を及ぼすことがあります。フッ化物も同様で、適量はむし歯予防に役立ちますが、過量に摂取すれば急性中毒が起こります。

しかし、むし歯予防で利用するフッ化物は、適正な量を使用しているので安全です。

フッ化物歯面塗布



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

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もとに、家庭で行うこともできます。

フッ化物入り歯磨き剤



歯磨きのときに、フッ化物入り歯磨き剤を使う方法で、家庭で手軽にできます。

現在、市販されている歯磨き剤の多くにフッ化物が含まれています。

歯が生えたばかりの子供はもちろん、大人にも効果的

乳歯も永久歯も、生えたばかりの歯は未成熟なので、むし歯になりやすい状態です。歯が生えてきたらなるべく早くフッ化物を塗ってもらいましょう。

自分で洗口や歯磨きができるようになったら、家庭などでもフッ化物を利用することができます。また、子どもだけでなく大人にも効果があるため、生涯にわたってフッ化物を利用しましょう。

組み合わせるとより効果的

フッ化物歯面塗布、フッ化物洗口、フッ化物入り歯磨き剤を組み合わせることで、むし歯予防効果はさらにあがります。

効果的なフッ化物の利用方法