

【フッ化物洗口をします】

方法は簡単！週に1回

5～10mlの洗口液を口に含み、1分間ぶくぶくうがい をします。

【フッ化物で歯を丈夫にしよう】

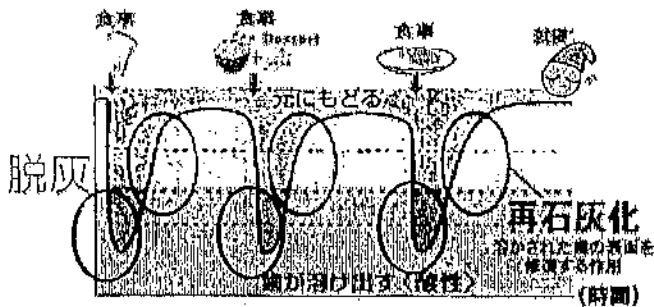
☆フッ化物って？

自然の中にもあって、お茶や野菜などにも含まれています。



《フッ化物の効果》

- ①むし歯になりかけて溶け出したカルシウムをもとに戻す(再石灰化)作用を^{うなが}促します。
- ②歯の表面に「酸」に溶けにくい結晶を作り出し、歯の質を丈夫にします。
- ③むし歯菌の活動を抑え「酸」を出しにくくします。



《脱灰》エナメル質の主成分であるミネラル(リン酸・カルシウム)が歯から溶け出す

《再石灰化》脱灰により失ったミネラルを歯に補い、歯を健康的な状態に戻す

市販の歯みがき粉の約90%にフッ化物が配合されています。

フッ化物は「フッ化ナトリウム」「モノフルオロリン酸ナトリウム」と記載されています。



生えたばかりの歯は、エナメル質が未成熟で、むし歯菌が作り出す「酸」に対して弱く、むし歯になりやすい性質ですが、フッ化物によく反応することから、生えて間もない時期からフッ化物を利用すると「酸」に溶けにくい丈夫な歯質にすることができます。

ですから、永久歯のむし歯予防には、第1大臼歯が生えはじめる4歳頃から第2大臼歯が生えそろう14歳頃まで継続してフッ化物を利用することが重要です。