

フッ化物塗布に関する Q&A

1) フッ化物塗布を受ける時に注意することは？

フッ化物塗布をより一層効果的にするために。

1. 塗布後30分は処置の効果上げるため飲食を控えてもらいたい。
2. 塗布をする前には、歯を磨いておく。
3. フッ化物塗布をただけではむし歯は完全に防げません。甘い食べ物の摂り方に注意して食後には必ず歯を磨く習慣を身につけましょう。

2) フッ化物塗布後、唾液を飲み込んでも大丈夫？

フッ素塗布に用いられる量は全部飲み込んでも急性中毒に達しない量になっています。さらにフッ化物塗布では、塗布後口の中の余剰分は拭き取るので口の中に残るのは使用量の4分の1くらいとなり唾液を飲み込んでも大丈夫です。

3) フッ化物塗布で歯に色がつくことはありませんか？

フッ化物塗布で歯の変色や着色が見られることはありません。フッ化ジアミン銀(サハライド)というむし歯の進行を抑制する薬を塗布すると黒く着色しますがフッ化物塗布とは別のものです。

4) 年に何回フッ化物塗布をすればよいのでしょうか？

効果を高めるためには、定期的かつ継続的に行うことが必要です。一般には通常半年に1回、むし歯になりやすい人でも2～3か月に1回が望ましいことから少なくとも年に2回、できれば年に4～6回フッ化物塗布を行うことをお勧めします。

年齢別のむし歯予防

年 齢	保健所・歯科医院	園・学校・家庭
0～2歳	 乳歯の生え始め 正しい食生活が予防の基本。 補助的な歯みがきを習慣に。	歯みがき (フッ化物入り 歯磨剤・ フォーム・ スプレー)
3～5歳	 乳歯が生えそろう 食事や間食の与え方に注意。 保護者の仕上げみがきが必要。	フッ化物塗布
6～12歳	 永久歯への生え変わり (混合歯列期) 生え始めの永久歯に注意。 保護者の仕上げみがきが必要。	シーラント※ フッ化物洗口

効果的な実施方法として萌出間もない歯に定期的にフッ化物を塗布することでむし歯の発生を抑えることができ、開始時期を早くすること、実施間隔(頻度)を詰めることでより高い効果が期待できます。

市町村行政が行う乳幼児健診(フッ化物塗布)への参加と併せて、一人一人の「むし歯のリスク」に応じて、歯科医院でも、歯科専門家による歯面清掃やフッ化物塗布、歯科保健指導などを受けましょう。

※永久歯の溝の深い場所に、予防の目的で詰め物をする。

大分県歯科医師会ホームページアドレス

<http://www.oita-dental-a.or.jp/>



フッ化物塗布で

むし歯0を
目指せ!



ぼう
よ坊さん

大 分 県
大分県歯科医師会

① 大分県の子どものむし歯の現状

3歳児の一人平均むし歯本数（都道府県別）
平成19年度学校保健統計調査



② フッ素とは

むし歯予防に使用されるフッ素は、天然の岩石である蛍石から生成されるものです。これを水に溶かしてイオン化しむし歯予防に利用しています。自然の飲料水やお茶、市販の水などにもこのようなイオン化したフッ素が含まれています。

③ むし歯とは

むし歯の原因菌が砂糖などを原料にして酸をつくり、歯を溶かします。これを脱灰といいます。しかし初期の段階では自然に修復され、これを再石灰化といいます。この脱灰と再石灰化のバランスが崩れてしまうと歯に穴があいてしまいます。これがむし歯です。

④ フッ化物によるむし歯予防

1) 再石灰化の促進

フッ素には再石灰化を促進し、強化する働きがあります。

2) 歯の質の強化

フッ素が作用して歯の表面のエナメル質の結晶が安定してむし歯の原因菌が産生する酸に対する抵抗力を強めます。

3) むし歯の原因菌の酵素抑制

フッ素はむし歯の原因菌が酸を作るのに必要とする酵素に、作用して、その働きを妨げます。

⑤ フッ化物塗布について

1) 使用するフッ化物製剤と道具

商品名	メーカー・販売元
弗化ナトリウム液「ネオ」	(株)ナルコー製作所 (株)ネオ製薬工業
フルオール液 歯科用2%	(株)ビーブランド メディコ・デンタル
フルオール・ゼリー 歯科用2%	(株)ビーブランド メディコ・デンタル
フローデンA	サンスター(株)
バトラフロー デンフォームN	サンスター(株)



使用する道具

- ・パイル皿(フッ化物ゲルの計量)
- ・歯ブラシ(小さめなものが使いやすい)
- ・綿花(簡易防湿用・拭き取り用)
- ・普段使用しているものを持参してもらっても可
- ・ピンセットミラー等

2) フッ化物塗布の特徴(その応用法や利点)

1. 乳歯が生えてから実施することができ、乳歯・永久歯ともに同様のむし歯予防の効果がある。
2. 歯ブラシ法は歯みがきと同じ要領でできるので子どもたちの抵抗感が少ない。
3. 塗布の時間は1～4分程度です。
4. 低年齢児や障がいがありうがいが出来ない人にも有用です。
5. 継続して行うことで効果を高めます。フッ素洗口やフッ素配合歯磨剤と組み合わせるとさらに効果が高まります。

3) 用法(綿球法、トレー法)



簡易防湿した上で綿球および綿棒に溶液状のフッ素製剤を浸して歯面に塗布する。塗布後は拭き取る。



既成のトレーまたは個々人に合わせたトレーにゲル状および溶液状のフッ素製剤をのせて歯面に接触させて3～4分間軽く噛み塗布する。

歯ブラシ法

(各市町村で用いる方法)



塗布の術式

幼児を術者の膝の上に仰向けに寝かせ、保護者に幼児の手を握らせる姿勢をとる。

① ゲルの準備

パイル皿のくぼみに、ゲルをすりきり一杯入れる。
(一人分上下顎塗布量)

(約0.8g=1歳児が全量摂取しても急性中毒症状を発現しない安全量)



② 簡易防湿を行いながら

ゲルを少量ずつ歯ブラシに取り、1～2本ずつ歯面全面にゲルを伸ばすように、隣接面や小窩裂溝にもゲルを押し込むように塗布する。



③ 下顎も同様に行う

④ 下顎の塗布が終了したら

下顎の塗布が終了したら、約1分間開口を保持し、その後口腔綿を取り除く。
(開口保持ができなくても効果は期待できる)

⑤ ゲルの拭き取り

余剰ゲルを、先に塗布した上顎から順に綿球で拭き取る。
(拭き取り後も隣接面や小窩裂溝にゲルが少し残るが、ごく少量なので、再度の拭き取りは必要ない)

⑥ 唾液の吐き出し

口に溜まった唾液は、吐き出しができる幼児は吐き出させ、できない幼児はティッシュペーパー等で拭き取る。
口唇の周りに付着したゲルも拭き取る。