

フッ化物洗口をはじめませんか



フッ化物洗口は、フッ化物を溶かした水でうがいをするだけの、簡単なむし歯予防方法です。
保育所や幼稚園、小中学校などで全国的に広く取り入れられています。

フッ化物のむし歯予防効果

①歯の質を強くする

フッ化物が歯に取り込まれることで、歯の質が強くなり、酸に溶けにくくなります。

②初期むし歯を修復

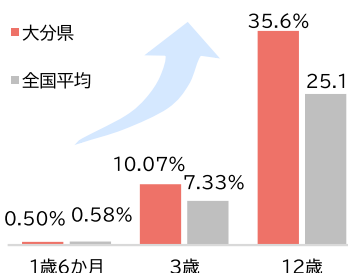
歯から溶け出したカルシウムなどを、再び歯に戻す作用（再石灰化）を助け、歯の修復を促進します。

③むし歯菌の抑制

フッ化物の抗菌作用により、むし歯菌の産生を抑制します。

大分県の現状 むし歯を持つ者の割合(R6)

大分県の1歳6か月児、3歳児及び12歳児におけるむし歯を持つ者の割合は、年々減少しているものの全国平均を上回る状況が続いています。



むし歯を予防するためには、乳幼児期からかかりつけ歯科医を持ち、定期的な歯科健診とフッ化物応用等の予防処置を受ける習慣を身につける必要があります。

Q&A

Q1 うっかり飲み込んだ場合、体に影響はありますか？

A1 1回分を誤って飲み込んで問題はありません。
週5回法の場合、約20人分以上を一度に飲み込まない限り急性中毒量には達しません。

Q2 何歳から始めて何歳まで続けるとよいですか？

A2 うがいが上手にできるようになる4歳から始めて、第二大臼歯が萌出して成熟する中学卒業まで続けるのが基本です。大人のむし歯予防にも効果があるため、生涯継続することが理想です。

保育施設等でフッ化物洗口※を始めるには

施設職員の理解と協力

- ・ 歯科医師による説明
- ・ 具体的な手順の打ち合わせ

保護者の理解

- ・ 歯科医師による説明
- ・ パンフレットの配布
- ・ 同意の確認

実施準備

- ・ 器材等の導入
- ・ うがいの練習

フッ化物洗口開始
(毎日法：週5回実施)

※大分県 フッ化物応用歯科保健対策事業（委託先:大分県歯科医師会）実施施設の費用負担はありません。

集団で行うフッ化物洗口のメリット

- ・ 施設で時間を決めて行うことにより、個人で行う場合と比較して長期間継続しやすいです。
- ・ 習慣にすることで、子どもたちのむし歯予防に対する意識が高まります。
- ・ 家庭環境に左右されずに、実施した全ての子どもにむし歯予防の効果が期待できます。

大分県の保育施設等におけるフッ化物洗口実施施設数の推移

本事業は平成15年から開始され、保育施設等でフッ化物洗口を導入する施設は年々増加しています。

また、県内すべての公立小・中・特別支援学校で希望に対するフッ化物洗口の実施体制が整っています。

就学前から開始することで、より長期的なむし歯予防効果が期待できます。

(実施施設数)

