

お口の健康情報室

近年、口腔の健康の重要性について、国際的に認識が高まっています。歯科に関わる病気が多いことや、口腔の健康が全身に影響することなどが問題視されるようになってきているのです。

日本でも「お口の健康」が「全身の健康」に影響することについて多くの研究結果が発表されています。日本では「むし歯は昔より減った」と言われることが多いのです

むし歯予防に「フッ化物」

が、歯科にかかる患者数は年々増加しています。その中でも、高い割合を占めているのが、むし歯の患者です。

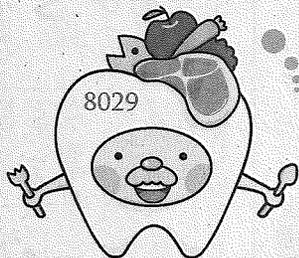
歯が無くなる要因には、むし歯のほかにも、歯周病や歯が割れる「破折」によるものが多くなっています。「破折」は、むし歯治療の後で起こりやすいのです。

他国と比べ、日本での「むし歯予防」において不足しているのが「フッ化物の応用」です。最近販売されている歯磨き剤には、昔よりも高濃度のフッ化物が添加されていますので、むし歯予防には効果的です。

歯磨きの際は、歯ブラシに

少し多めに歯磨き剤をのせてください。磨いた後は、口をゆすぐのは1回だけにして、歯磨き剤の味が残るようになると、フッ化物の効果が持続します。ぜひ試してみてください。

(千葉県歯科医師会)



「8029運動」PRキ
ャクター もべい