

お口のくち

健康情報室

「フッ化物洗口」とは、虫歯予防のために広く推奨されている口腔ケアの一つです。低濃度のフッ化物を含む液体を口に含んでうがいをし、一定時間口の中にとどめてから吐き出すことで、歯のエナメル質を強化し、虫歯菌の活動を抑制する効果があります。生えはじめの永久歯は、表面が未熟で虫歯に弱い状態にあり、適切なケアが欠かせません。それにはフッ化物洗口が効果的なのです。

歯の再石灰化を促進し、初期の虫歯の進行を防ぐことが

フッ化物洗口で虫歯予防

最大のメリットです。フッ化物が歯の表面に付着することで、酸で歯の表面が溶ける脱灰を防ぐとともに、歯の内部に取り込まれることで、より強固なエナメル質を形成します。これにより、虫歯になりにくい歯質を作り出すことが可能となります。

一般的な方法は、フッ化物洗口剤が含まれた液体を適量口に含み、1分程度ゆすいでから吐き出します。頻度は、歯科医師の指導や製品の説明に従ってください。学校において集団で定期的に行うことが多く、手軽で費用も安く虫歯の発生率を下げることでできますが、子供が誤って洗口液を飲んでしまわないよう、保護者や学校の先生が見守っ

てあげてください。

フッ化物洗口剤は、口腔内の健康を維持するために有効な製品であり、歯科医の指導のもとで正しく使用することで、虫歯の予防に役立ちます。定期的な歯科健診や適切な歯磨きとともに、日常の口腔ケアに取り入れて、健康な歯と口腔環境を保つことを心がけましょう。

健康長寿の合言葉！！



「8029運動」PRキ
ャクター もぐい