

フッ素(フッ化物)が歯を丈夫にするわけ。

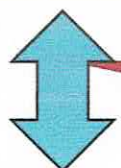
フッ素とは、土のなかや海水、食べ物やお茶、そして私たちのからだにも含まれているミネラル成分です。現在国内で販売されているほとんどの歯磨き粉には、むし歯予防を目的に、薬事法で定められた 1,450ppm以下のフッ素が配合されています。歯みがき後に口の中に残るフッ素はごく微量ですが、わずかなフッ素が口の中にあると、むし歯の予防に働いてくれます。

歯の対するフッ素の効果

- ① 歯の質を強くする 酸に強くて、溶けにくい、丈夫な歯に。
- ② むし歯菌の働きを弱め、酸が作られるのを抑える。
- ③ むし歯菌が出す酸により、歯から溶け出したカルシウムやリン(ミネラル)を補う。



再石灰化



脱灰と再石灰化のバランスが崩れる、むし歯の発生!

脱灰

食べ物の糖をえさにして、むし歯菌が作った酸により、エナメル質からカルシウムやリン(ミネラル)が溶け出すこと。

できるだけフッ素を口に残すには?

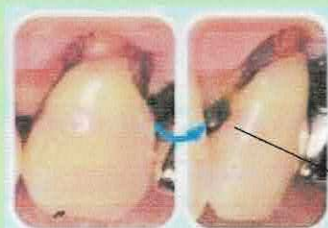
チェックアップシリーズ→

- ・高濃度フッ素配合歯磨き粉を使う。≪ 1,450ppm ≫
- ・歯みがき後のゆすぎはなるべく少ない回数で行う。軽く1回で十分。
- ・フッ素洗口を使う。歯ブラシで磨けないところまでフッ素が届かせることができる。
- ・歯科医院で定期的にフッ素塗布をする。≪ 9,000ppm ≫ 子供だけでなく大人にも効果アリ!
- ・年齢に応じた適用量を使う。



6 か月~2 歳→3mm程度	3 歳~5 歳→5mm以下
6 歳~14 歳→1cm程度	15 歳以上→2cm程度

おとなにはおとなのむし歯予防を! ≪根面むし歯≫



歯周病の進行によって歯ぐきがやせるとエナメル質より一段と柔らかい象牙質のむし歯のなりやすさはぐっと高まります。フッ素配合歯磨き剤に加え、フッ素洗口やフッ素塗布で歯を守りましょう。

むし歯が発生!

歯ぐきがやせてむき出しになった象牙質(歯根面)



高濃度フッ素 (Y) 歯みがき粉を 選んで おうちでのケアを頑張ろう!	病気がなすの予防は なるように予防するの がベストね! 香本	歯みがき後について たくさんゆすぎると フッ素がとれてしまう ので、軽くゆすぎよう!! (M)	チェックアップ スタンダード 使用です。 (R)	歯みがき後ゆすぎ すぎないように気をつけ ます!! (M)	毎日の予防としてフッ素 を口の中に残しておき 歯のリスクを減らしましょう! H.N
フッ素洗口「ミラール」 やっています (こいて)	緑茶にもフッ素が入 ります。皆さんお茶を 飲む習慣ありますか? H.N	フッ素の濃度だけで なく使用量も気を付 けてみましょう!! (中)		根面むし歯にはゆ すぎないように気をつけ ます! A.Y.	私も check-up スタンダード 使っています! (中)