

3つのケアでむし歯予防

1. ホーム・ケア

(家庭でフッ化物配合歯磨き剤でのハミガキ)

日本でも国際基準 (ISO) と同じフッ素濃度 (1500ppmF) 配合の歯磨き剤が認可されました。フッ化物配合歯磨き剤を毎日使用することで、とけた歯の表面 (脱灰) を元に戻し (再石灰化)、むし歯を効果的に予防します。



2. プロフェッショナル・ケア

(歯科医院での定期的な健診とフッ化物塗布)

フッ化物配合歯磨き剤での歯みがきだけで全てのむし歯を予防できるわけではありません。

かかりつけの歯科医院での定期健診で、フッ化物塗布に加え、歯科衛生士による正しい歯磨きの仕方や、食事指導を受けることで、むし歯予防の効果もアップします。



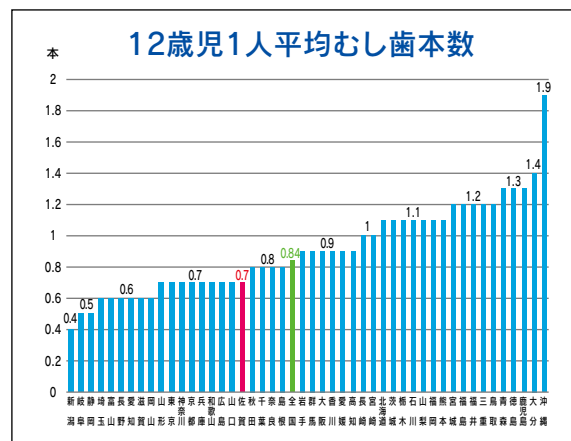
(綿球によるフッ化物塗布)

3. パブリック・ケア

(保育園・幼稚園・学校でのフッ化物洗口)

佐賀県では子どものむし歯を減らすために、保育園・幼稚園・小中学校でのフッ化物洗口の普及に努めてきました。平成28年度、佐賀県の小学校では162校(100%)、中学校では49校(54%)がフッ化物洗口を行っています。

佐賀県の小学生のむし歯は減っています!



平成28年度佐賀県の12歳児1人平均むし歯本数は全国平均0.84本を下回る0.7本で佐賀県は全国10位でした。

各その年代に合った、フッ化物を活用することで、むし歯予防に努めましょう。

お問い合わせは

一般社団法人 佐賀県歯科医師会

〒840-0045 佐賀県佐賀市西田代 2-5-24

TEL(0952)25-2291

FAX(0952)22-7586

URL <http://www.saga-dental.or.jp>

がばいおいしか!6

フッ化物でむし歯予防

フッ化物活用による生涯を通じた
むし歯予防のために!!



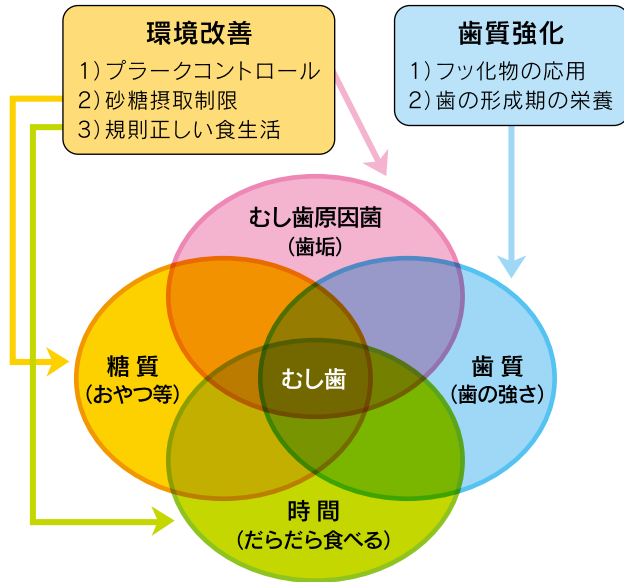
乳幼児から高齢者までのむし歯予防に欠かせないのが、フッ化物を利用したむし歯予防です。

佐賀県は、保育園・幼稚園・小学校でのフッ化物洗口が普及して以来、小学生のむし歯の数は減少しました。しかし、その他の年代ではむし歯で悩まれている方が多くいらっしゃいます。むし歯予防に有効なフッ化物を利用して、**むし歯ゼロ**をめざしていきましょう。

一般社団法人 佐賀県歯科医師会

バランスのとれたむし歯予防

むし歯の発生要因(カイスの輪)と予防法



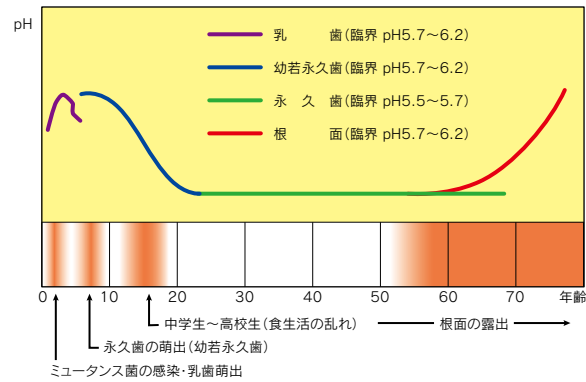
むし歯の発生要因とその予防法

むし歯原因菌は、糖を分解して酸をつくりだします。その酸が、歯の表面のエナメル質をとかし、最終的にあながあいた状態がむし歯です。

フッ化物のむし歯予防効果

- 歯の表面からフッ化物が取り込まれ、**抵抗力強い歯**が作られます。
- むし歯は自然には治らないとされていますが、初期のむし歯は**再度カルシウム等が沈着**する(再石灰化)ことにより元に戻ることがあり、**フッ化物はこの働きを盛んにします。**
- フッ化物は**むし歯菌の動きを抑制**します。

ライフサイクルにおけるむし歯感受性



むし歯は、歯が生え始める0歳から20歳までの未成熟な歯と、50歳以降の歯周病で歯ぐきから露出した歯根の部分になりやすいので、生涯を通じた、フッ化物によるむし歯予防が大変重要になります。



(歯と歯ぐき間のむし歯)



(歯と歯の間のむし歯)



(歯根にできたむし歯)

歯垢の磨き残しが多くなる歯ぐきとの境目、歯と歯の間、露出した歯根は、むし歯になるリスクが高い場所で、フッ化物のむし歯予防効果があります。

生涯を通じた上手なフッ化物の利用法

ステージ	出生	保育所 幼稚園	小学校 中学校	高校	成人	老人
年齢	0 1 2	3 4 5	6~12・15	16~18	19~64	65..
家庭	← フッ化物配合歯磨剤、フッ化物スプレー → ← 家庭でのフッ化物洗口 →					
歯科医院 保健センター	← フッ化物歯面塗布 → 塗布 →					
保育・幼稚園 小・中学校	← フッ化物洗口 →					
地域全体	← 水道水フッ化物添加 →					

フッ化物の応用の方法には、

- ① フッ化物配合歯磨き剤やフッ化物スプレーを家庭で使用する『ホーム・ケア』
- ② 歯科医院でのフッ化物歯面塗布を行う『プロフェッショナル・ケア』
- ③ 学校等でのフッ化物洗口を行う『パブリック・ケア』

の3つの予防などがあります。
(詳細は裏面をご参照ください。)



(佐賀県フッ化物洗口 TVスポットCM)