

鎌ヶ谷市では

ふっかぶつせんこう

フッ化物洗口を推進しています



フッ化物洗口とは

フッ化物濃度225ppm~900ppmの洗口液を口を含み、ぶくぶくうがいをするむし歯予防の方法です



毎日法（保育園・幼稚園）

低濃度（250ppm）で毎日（通園する日）フッ化物洗口を実施する方法。



予防効果は同じ！

週1回法（小学校）

高濃度（900ppm*）で、週1回フッ化物洗口を実施する方法。施設で実施する曜日を決めます。

※市販の大人用の歯磨き剤のフッ化物濃度は900~1450ppmです。

むし歯予防に効果あり！フッ化物のはたらき

①歯の質を強くする

歯の表面のエナメル質を構成する結晶にフッ化物イオンが取り込まれると、酸に溶けにくい強い歯になる



②歯の表面を修復する（再石灰化）

むし歯で溶けだした歯の表面に作用し、再び修復（再石灰化）し、健康な歯に戻す効果



③歯垢（プラーク）をつくらせない

歯垢の中にフッ化物がとどまり、むし歯菌の活性を抑えて、酸をつくらせない*ようにする

※むし歯は、むし歯菌が作り出した酸によって歯の表面が溶かされて起こる

