

はは歯クラブだより



NO.06

長崎市鳴見台小学校

学校歯科医 行成 哲弘

今回は、身近に存在するフッ素についてお話します。

フッ素は自然界のあらゆるところに存在する元素です（F）

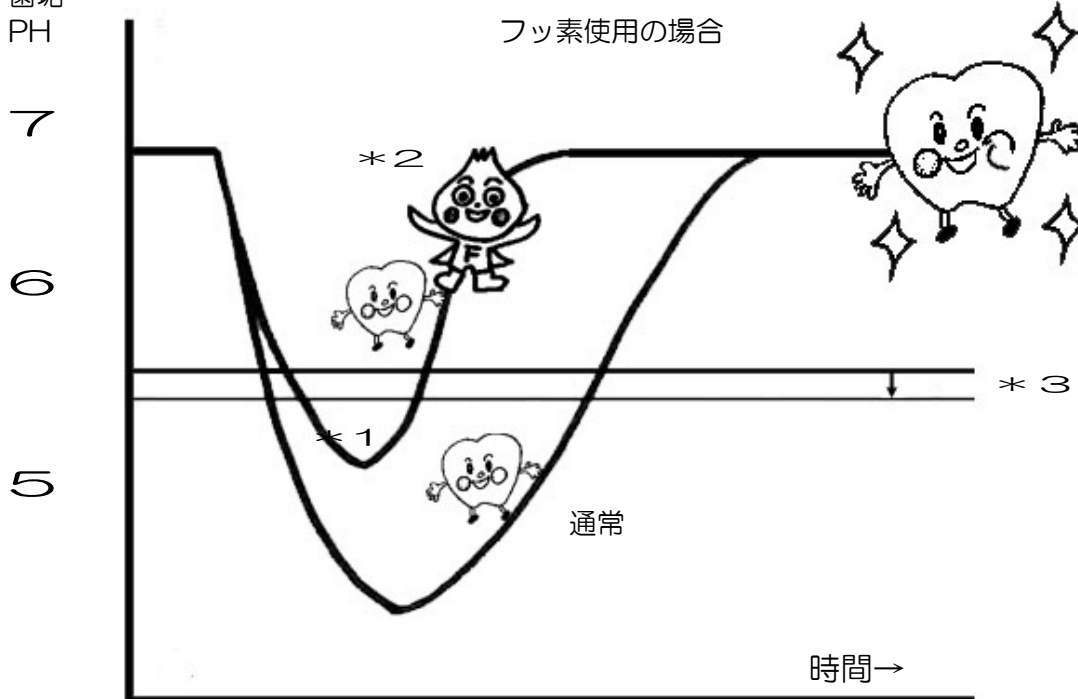
5億4500万年前に始まるカンブリア紀の海水フッ素濃度は1.3ppm（百万分の一の単位）といわれ、この濃度は現在の海水でも殆ど変わりません。

つまり生物は、何億年もの間変わらないフッ素濃度の海の中で進化し体や歯を作ってきたのです。

現在、世界で約3億8千万人以上の人々が、水道水の中のフッ素濃度を約1ppmになるように調整して（水道水フッロリレーション）、むし歯予防の効果を上げています。水道水フッロリレーションは自然が教えてくれたむし歯予防方法です。

<フッ素の3つの作用>

歯垢
PH



- * 1 脱灰を抑えます（カーブの落ち込みが減ります）
- * 2 再石灰化をすすめます（カーブの戻りが良くなります）
- * 3 歯質を強化します（歯の溶けはじめの境界線を下げます）

いかがですか？少し身近に感じませんか？

次回は「フッ素の上手な利用法」についてお話します。

<文責 ゆきなり小児・矯正歯科 歯科衛生士 有谷>