

はは歯クラブだより

NO. 51



医療法人

ゆきなり小児・矯正歯科

こんにちは！

です。

4月に年長さんのクラスに“フッ素洗口”についてのアンケートを配布いたしました。皆様、ご協力ありがとうございました。その中でいくつか質問を頂きました。今回はひとつお答えしたいと思います。



Q：フッ素の効果はどれくらいあるのでしょうか？



フッ素のお水でうがいをする、洗口の場合をお話します。フッ素洗口によるむし歯の予防効果は、世界的にたくさん報告されています。そのたくさんの研究や文献のデータを信頼できるものだけ抜粋・統括し、評価したもの

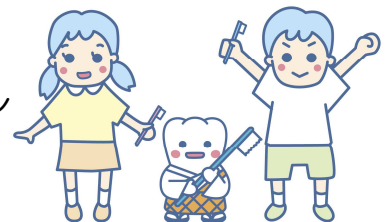
(システマティックレビューといいます)によると、フッ素洗口による予防効果は23%~30%といわれています。

この割合だけ“むし歯へのリスクを減らす”ことはできますが、フッ素だけでは“100%むし歯を予防することはできません。”

そもそもむし歯は様々な要因

(甘味物の量や摂り方・ハミガキやフロスの回数や仕方・生活習慣・口の中の状態など) が重なってできます。その為、むし歯予防に“これさえしておけば…”というような1つのことで100%予防できる方法は ありません。

上に記したむし歯の要因ひとつひとつのリスクを減らすこと、プラス フッ素を併用し100%へ近づけることが必要です。



参考：長崎県歯科医師会・長大歯学部監修
むし歯予防におけるフッ化物応用 Q&A

(日本小児歯科学会認定歯科衛生士 松永真里)
詳しくは、ホームページをご覧ください。『ゆきなり』で検索。