

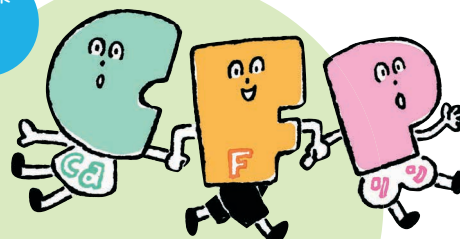
国際基準のフッ素濃度配合 歯みがき剤で 一歩進んだむし歯予防を!

日本の歯みがき剤は1000ppmF以下のフッ素濃度と定められていましたが、このほど国際基準 (ISO)と同じ1500ppmFを上限とする歯みがき剤がついに認可され、1450ppmF配合の製品の販売がすでにはじまっています。

コレが フッ素の 3大効果!

効果

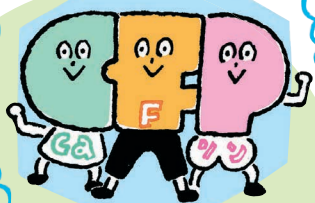
1



フッ素の助けで、
酸に溶けた歯が再石灰化
(修復)されるのが
速くなる。

効果

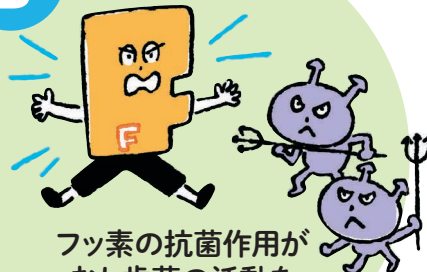
2



フッ素の助けで
再石灰化 (修復)された
歯は、もとの歯より
硬くなる。

効果

3



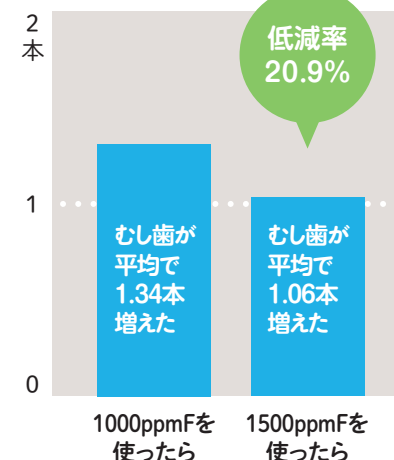
フッ素の抗菌作用が
むし歯菌の活動を
抑え込む。

上限1000ppmF→1500ppmFで 予防効果はどう変わる?

アメリカの調査結果です。
3年間使ったあとに
一人あたりの
むし歯本数を調べたら?

7~14歳の子ども1228人に1000ppmFのフッ素配合歯みがき剤を、1187人に1500ppmFのフッ素配合歯みがき剤を使ってもらって3年後のむし歯本数をくらべました。

Conti AJ et al. Community Dent Oral Epidemiol 1988; 16: 135-138.



1450ppmFの 歯みがき剤の使用量は?

×

1cm

2cm



6歳未満の
お子さん



6歳以上～
15歳未満のかた



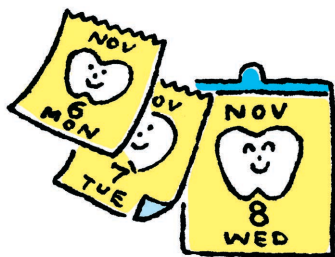
15歳以上のかた

高濃度フッ素配合歯みがき剤の効果的な使いかた教えます！

point
1

毎日使います。

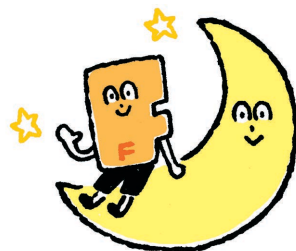
食事ごとに溶けている歯を守るには、溶けるスピードに勝るスピードで補修することが肝要。フッ素の力を借りるために毎日使いましょう。



point
2

寝る前が効果的。

フッ素はお口のなかに長くとどまるほどよく働いてくれます。就寝中は唾液が減るので、寝る前に使うとフッ素が唾液に流されず、再石灰化の効果が上がりやすいです。



point
3

すすぎは1回で。

せっかく高濃度フッ素配合の歯みがき剤を使っても、すすいで捨ててしまえば十分な効果は期待できません。すすぎは最低限に。なるべく1回にとどめましょう。



point
4

水は少なめで。

すすぎに使う水は、おちょ一杯分もあれば十分です。製品によっては、すすぎに使う水の量を紹介していますので、メーカーのサイトを参照してみましょう。



point
5

使用量は適量で。

年齢ごとに使用量の基準が設けられています。たくさん使えばよいというものではなく、もちろん使用量が足りなければ効果も落ちます。使用量については本カードの表面をご参照ください。



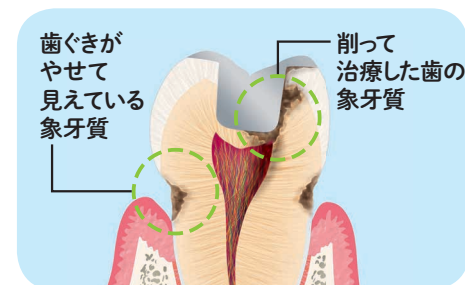
point
6

ジェルや洗口液をちよい足し。

寝る前に、すすぎが少なくすすむジェルや、すすぎが必要ない洗口液を使うと、フッ素がお口にとどまりやすく効果がアップします。ぜひお試しを！



おとなのお口のこんな歯をむし歯から守りたい！



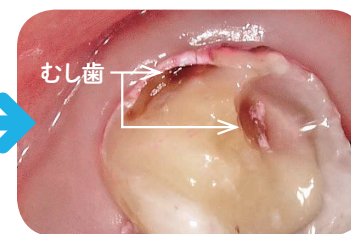
おとなのお口のなかには、エナメル質よりずっとむし歯に弱い「象牙質」のむし歯のリスクにさらされています。高濃度フッ素配合の歯みがき剤を使って再石灰化力をアップさせ、しっかりと守っていきましょう！

詰め物の下に！



一見したところ問題なさそうな歯。しみる症状があったためレントゲンを撮ってみるとむし歯の影が。そこで詰め物を取って治療することに。

むし歯



詰め物の下の象牙質に入り込んだむし歯。詰め物に隠れて広がるので気づきにくく、気づいたときには神経がダメになっていることも。

歯の根元に！



歯ぐきがやせて露出した象牙質がむし歯に。歯と歯ぐきの境目は、プラーク（細菌のかたまり）がたまりやすく、掃除もしにくいリスクな場所。

被せ物の下に！



被せ物の下の象牙質に入り込んだむし歯。被せ物のキワの部分から入り込んで広がるので気づきにくい。進行すると抜歯が必要になる場合も。

監修：東京都・高輪歯科院長 加藤正治