



【問い】子どもが通っている小学校でフッ化物洗口の説明会があると聞いています。フッ化物の効果と安全性を教えてください。

(長崎市、34歳女性)

【答え】歯が生えてから1〜2年くらいが特にむし歯になりやすい時期です。4、5歳から中学校卒業までの時期にしっかり予防することが、生涯にわたって健康な歯を維持するために

も大切です。むし歯のなりやすさには砂糖、細菌、歯の質が関係します。砂糖についてはおやつの種類の見直し、細菌については歯磨きで対応で

フッ化物洗口は安全？

きます。そして歯の質についてはフッ化物を用いることで、歯質の強化と唾液による修復(再石灰化)作用を促進することができます。永久歯に生えかわる小学

り組める点が挙げられます。かつて小学生のむし歯の数が多かった佐賀県は、小学校でのフッ化物洗口を導入した結果、現在では全国でもむし歯の非常に少ない

適量守れば中毒なし

生の時期に、継続してフッ化物洗口を行うことは非常に意義があります。学校でフッ化物洗口を行う利点としては全てのお子さんが平等に、安価で安全に継続してむし歯予防に取

い県になりました。本県では2017年度までに保育所、幼稚園、小学校の全施設でフッ化物洗口を実施する計画を立てています。フッ化物の副作用について

では、体重1キログラムあたり2ミリを飲み込んだ際に、嘔吐(おうと)や腹部不快感などの急性中毒症状が現れることがあります。1回の洗口液の量は10ミリで、その中に含まれるフッ素の量は9ミリです。体重20キログラムの児童では、1度に洗口液を4杯以上飲み込んだときに副作用が現れる可能性がありますが、適量を守っていれば問題になることはありません。

フッ化物洗口の実施前には歯科医師による保護者説明会も開かれます。ぜひ参加して理解を深めてもらいたいと思います。



回答者

平良 浩代

長崎市戸町4丁目
道津歯科医院院長

質問をどうぞ

歯と口の健康に関する質問を受け付けます。県歯科医師会の先生方が回答します(直接本人に回答はしません)。症状などを分かりやすくまとめ、住所、氏名、年齢、職業、電話番号を明記し、〒852-8601、長崎市茂里町3の1、長崎新聞社生活文化部「お口の相談室」係に送ってください。県歯科医師会のホームページは「8020ながさき」で検索できますので参考にしてください。