



ハートフル通信

フッ化物でむし歯予防

フッ化物には、歯を丈夫にしたり、ごく初期のむし歯を治したり、むし歯原因菌の働きを弱める効果があります。生え始めの乳歯は、永久歯よりむし歯にかかりやすいので、むし歯予防には、こどもの頃からフッ化物を使うことが効果的です。

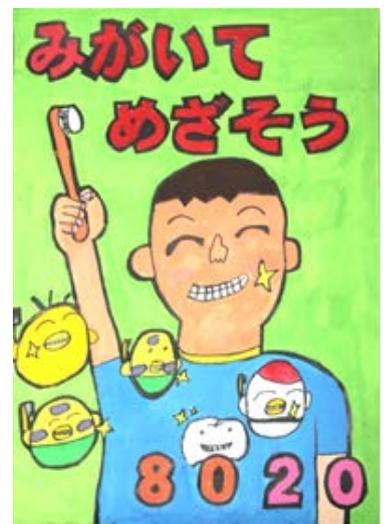
■フッ化物を使ったむし歯予防■

生えたての乳歯や永久歯に対してフッ化物を使ったむし歯予防は特に効果的で、3歳ごろから、永久歯が生えそろう中学卒業ぐらいまで、継続実施する事によって大きな効果が期待できます。こどもの歯だけでなく、成人から高齢者に発生しやすい歯と歯の間や歯根面のむし歯予防にも効果的です。

フッ化物塗布に効果は一度の塗布では充分ではありません。今回の塗布を契機として、かかりつけの歯科医院で年に数回のフッ化物塗布を受けられる事をお勧めします。

フッ化物のむし歯予防には、歯科医師や歯科衛生士が行う歯面塗布だけでなく、ご家庭で行える方法として、フッ化物での洗口（うがい）や、フッ化物配合の歯磨き粉を使用する方法があります。

詳しい事は、かかりつけの歯科医師に相談してください。



歯と口の健康づくりポスターコンクール 小学校高学年の部
最優秀賞 高森南小学校 小川 隼橙さん

健康いいだ21 フェスティバル フッ化物無料塗布のお知らせ

フッ化物の効果を高めるために、フッ化物塗布を受ける前にお読みください

- 日 時 10月19（土）午後2時～午後4時00分
- 場 所 飯田市県文化センター
- 対 象 小学校3年生以下の子ども（タオル等をご持参ください。）
- 駐車場 駐車場は、係員の指示に従ってください。
- お問合せ 飯田下伊那歯科医師会
電話 0265-22-1348/FAX24-8300

歯の表面によごれがついていると、フッ化物塗布の効果が薄れてしまいます。
事前に歯磨きをお願いします。
フッ化物について詳しいことは、飯田下伊那歯科医師会HPに掲載されています。



♥タオルをもってきてね。

<http://www.iiha-iida.com/>