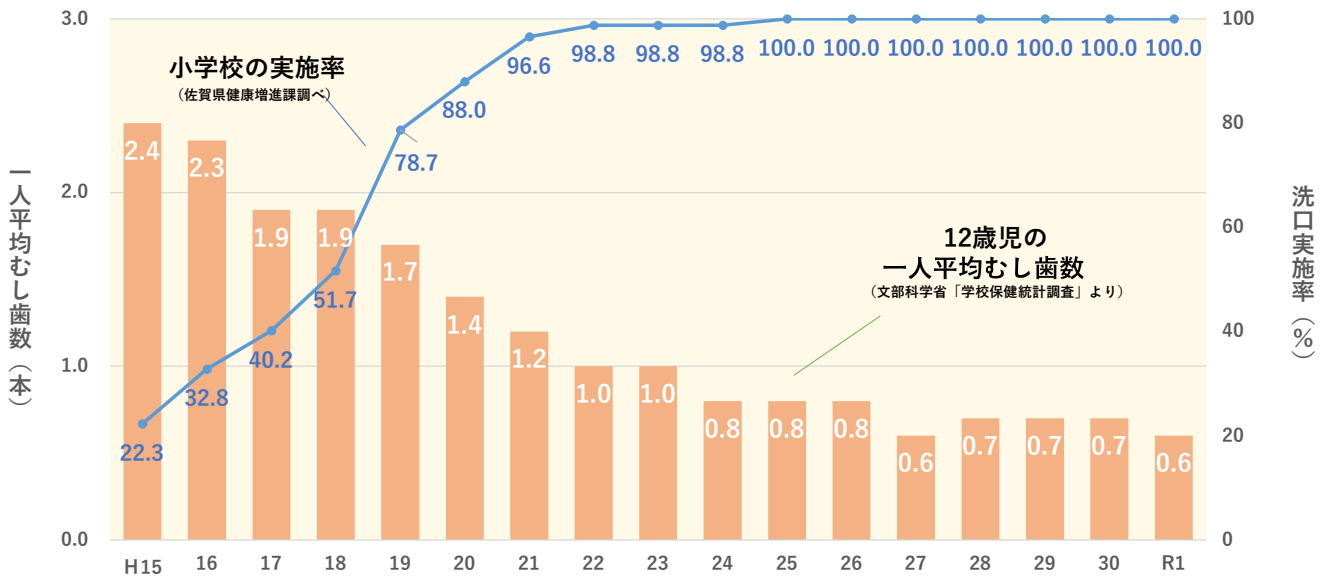


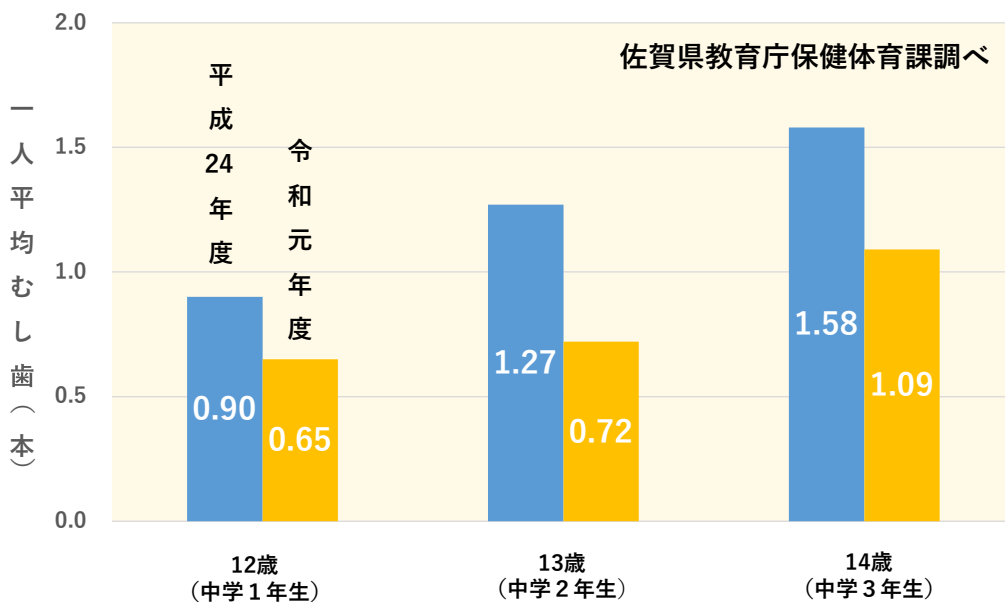
1. 佐賀県のフッ化物洗口の状況やむし歯の状況

フッ化物洗口を実施する小学校数の割合（実施率）の年々上昇にともない、12歳児（中学1年生）の一人平均むし歯数は減少しており、小学校卒業後に効果がでています。



12歳児（中学1年生）のむし歯と小学校の洗口実施率の推移

中学校のすべての年代において、一人平均むし歯数は減少しています。
 ※中学校でのフッ化物洗口実施率は、平成24年度35.79%でしたが、令和元年度には83.33%と大幅に増加しました。

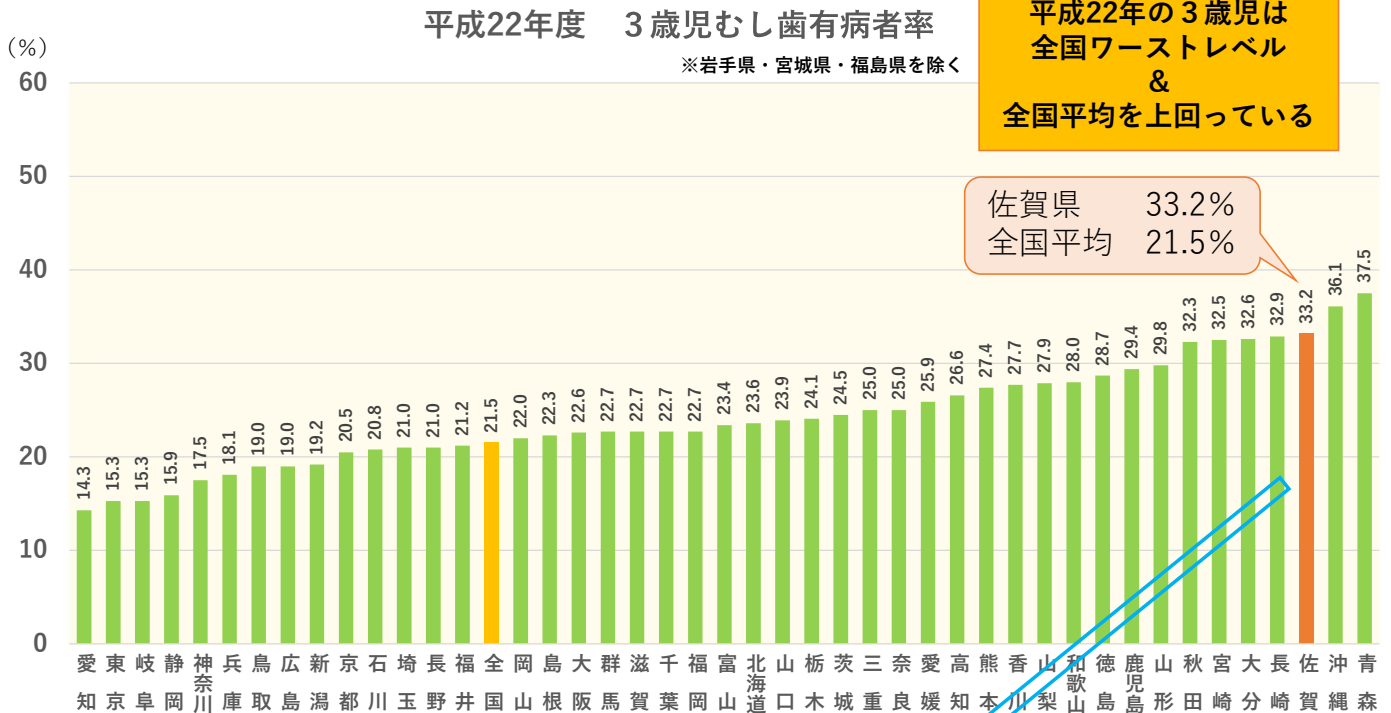


中学生の年代別一人平均むし歯数の推移

3歳のときにむし歯が多かった子どもたち（平成22年度）が保育所、幼稚園、認定こども園、小学校を通じてフッ化物洗口実施することで、12歳になった（令和元年度）時には、むし歯有病率が減少しています。

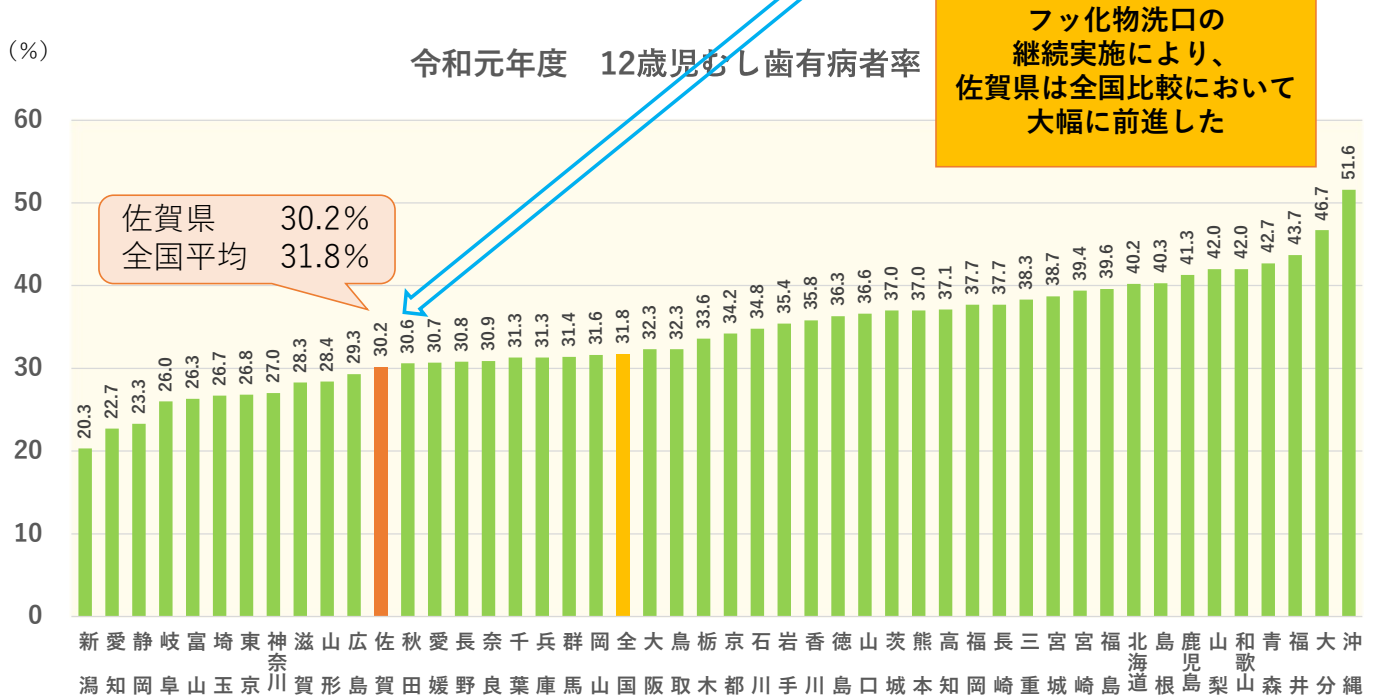
フッ化物洗口実施前

平成22年度 地域保健・健康推進事業報告（厚生労働省）

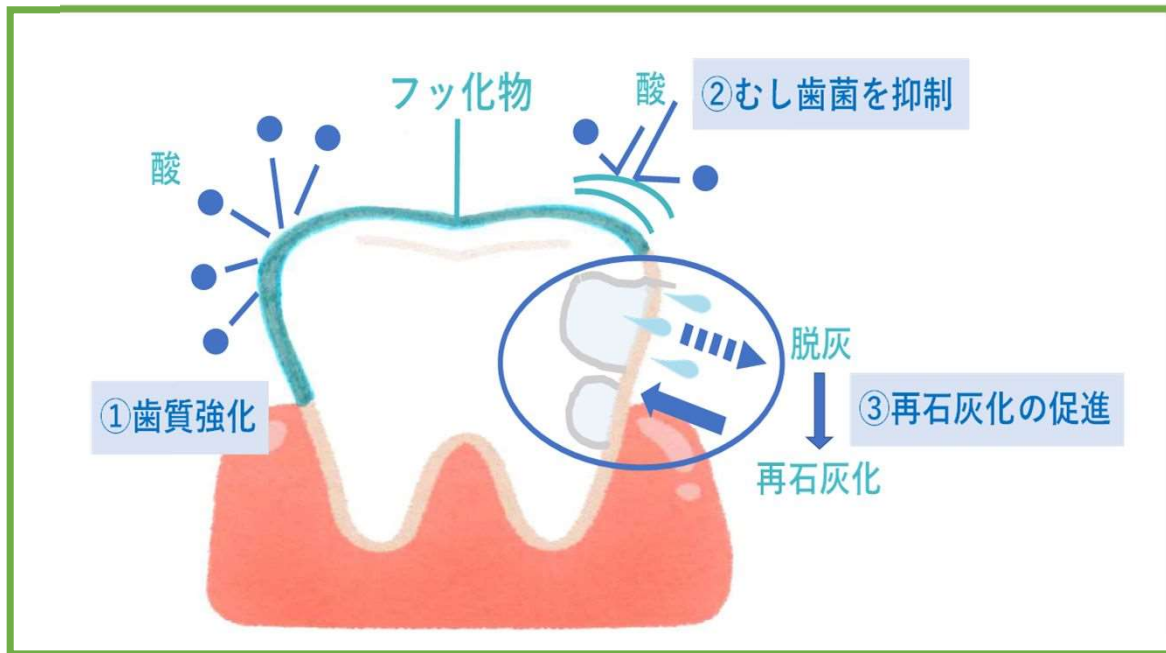


フッ化物洗口実施後

令和元年度 学校保健統計調査（文部科学省）



2. フッ化物によるむし歯予防の働き



① 歯質強化 ⇒ 歯を丈夫にする

歯の表面のエナメル質を酸に溶けにくい性質にし、むし歯になりにくい歯をつくりまします。特に、生えたばかりの歯は、酸に弱くもろい構造ですが、フッ化物が作用することで強い構造になります。

② むし歯菌の抑制 ⇒ むし歯菌の数を減らす

フッ化物が歯垢(プラーク)に入り、むし歯菌が酸を出す活動を抑えます。

③ 再石灰化の促進 ⇒ 初期むし歯の進行を抑える

むし歯になりかかった歯の表面を修復し、むし歯の進行を抑えます。

『脱灰 (だっかい)』

むし歯菌の出す酸によって、歯の表面からカルシウムやリン(ミネラル成分)が溶けだすことをいいます。

『再石灰化 (さいせっかい)』

唾液中のミネラル成分が歯に戻り、健全な歯の状態へ回復することをいいます。

◆ フッ化物応用によるむし歯予防の効果 ◆

フッ化物の応用を始めた時期や使用期間、頻度によって効果に差が出ますが、永久歯のむし歯の減少の割合は、次のように報告されています。



出典：フッ化物局所応用実施マニュアル
日本口腔衛生学会フッ化物応用委員会 編

3.むし歯予防の効果的な時期

フッ化物応用は、歯の交換時期である幼児から中学生までの使用で大きな効果が得られますが、歯頸部や高齢者の根面むし歯予防等成人後も効果があるので、生涯を通じて行うことが必要です。

※フッ化物応用とは・・・フッ化物配合歯みがき剤の使用、フッ化物歯面塗布、フッ化物洗口のような方法があります。それぞれの方法は、併用するとさらに効果が上がります。

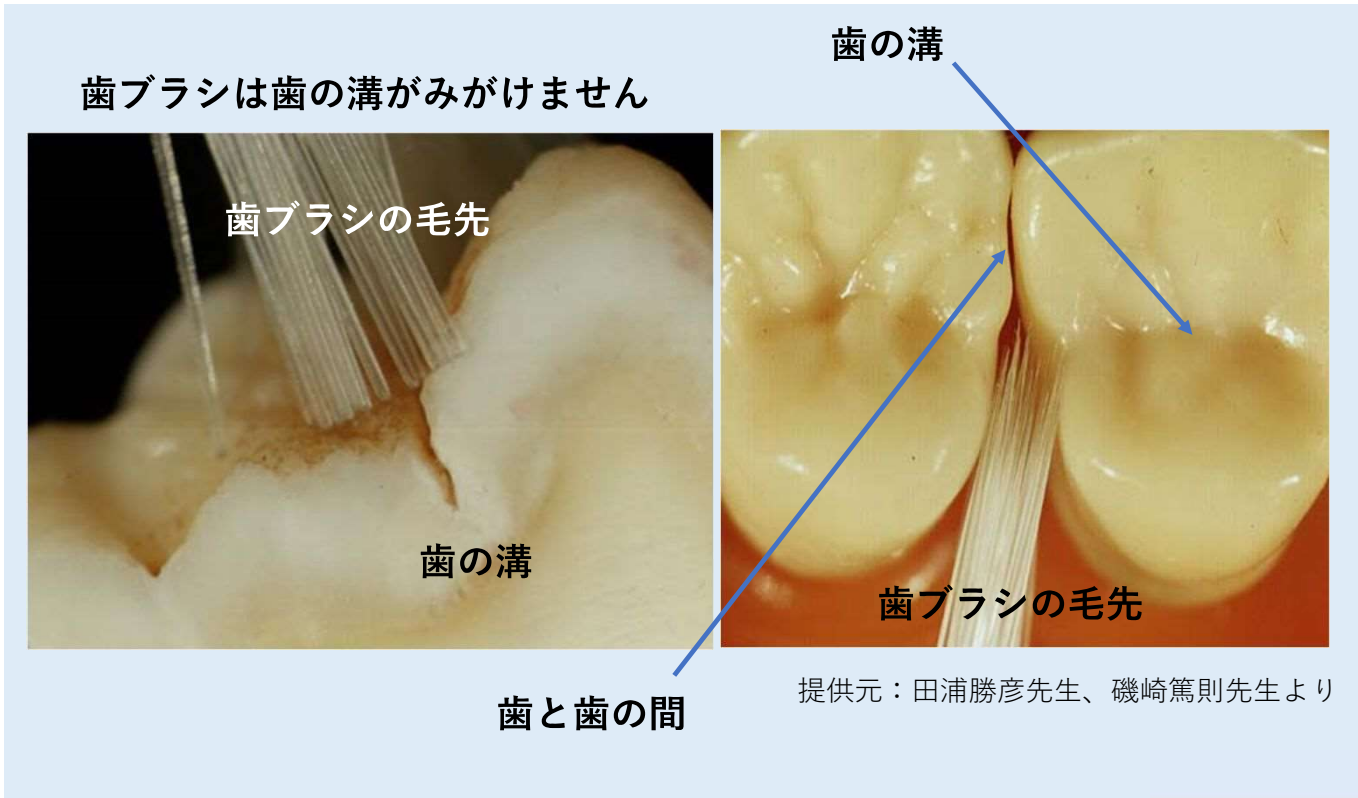
| 年齢 場面 | 乳児 | 幼児保育施設 | 小学校 | 中学校 | 高校 | 成人 | 高齢者 | |
|---------------------|-------------|--------------|---------------|----------|----------|-----------|-----|--|
| | 1 2 | 3 4 5 | 6 7 8 9 10 11 | 12 13 14 | 15 16 17 | 18 19 20～ | 80～ | |
| 保育所 幼稚園 小・中学校 | | 施設・学校でフッ化物洗口 | | | | | | |
| 歯科医院 | フッ化物歯面塗布 | | | | | | | |
| 歯科健診事業 (市町など) | フッ化物歯面塗布 | | | | | | | |
| 家庭 | | 家庭でのフッ化物洗口 | | | | | | |
| | フッ化物配合歯みがき剤 | | | | | | | |

出典：飯塚喜一、境脩、堀井欣一編これからのむし歯予防 わかりやすいフッ素の応用とひろめかた 第3版

コラム① 歯ブラシによる歯みがきの限界

歯みがきだけのむし歯予防には限界があります！

歯ブラシの毛先は歯と歯の間や奥歯などの溝には届きにくく、そこには食べ物の残りカスや唾液、細菌などが結合してできた歯垢（プラーク）が溜まりやすく、むし歯の原因になります。



むし歯に最もかかりやすい部位は歯の溝

= 歯みがきだけでは、むし歯予防不可能な部位



歯みがきだけではむし歯予防不可能な部位の解決方法

1

フッ化物配合
歯みがき粉



2

フッ化物
歯面塗布



3

フッ化物洗口

