

フッ化物洗口とは

★実施方法

毎週 1 回、フッ化ナトリウムを水に溶かした洗口液 10ml を口に含み、1 分間ブクブクうがい（洗口）をします。洗口後、30 分間は飲食を控えます。最初は水うがいから練習します。

★洗口液

フッ化ナトリウム濃度 0.1%、フッ化物濃度 450ppm の洗口液を使用します。

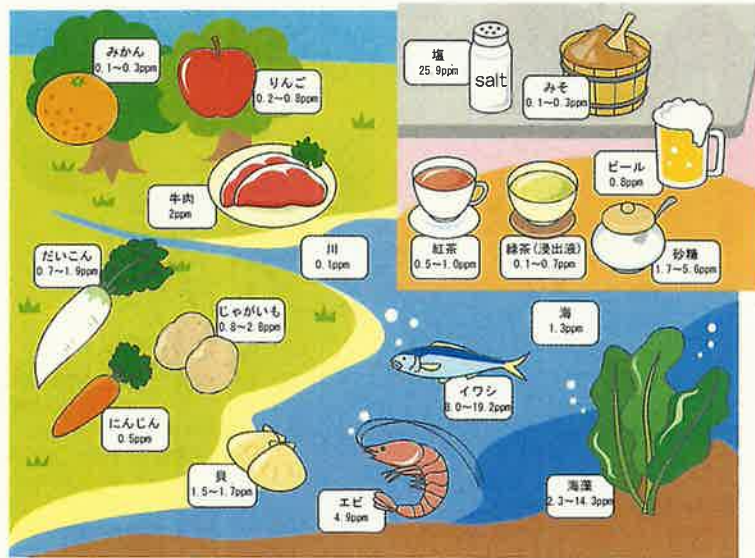
★洗口の効果

報告によれば、約 30～80% のむし歯予防効果があります。むし歯予防に有効な理由としては、フッ化物には、歯の構造を強くする（歯質の強化）、歯の表面を修復する（再石灰化）、細菌の酸産生を抑制する等の働きがあるためです。この予防効果は、洗口終了後も持続します。また、成人においても隣接面むし歯や根面むし歯の予防に効果的であるとされています。

★安全性

フッ化物は、自然環境物質であり、私たちが日頃食べたり飲んだりしているものの中にも含まれており、過量に摂取しない限り、問題はありません。

嘔吐、腹痛などの初期症状が現れる最小量は、体重 1 kg あたりフッ化物 2 mg とされており、体重 20 kg の子供が 8～9 人分を一度に摂取することに相当します。また、フッ化物洗口は、学校歯科医の指示に従って正しく実施されるため、長期間洗口を行っても、中毒が起きる心配もありません。



※ ppm とは、100 万分の 1 という比率を意味します。

1 kg (=1,000,000 mg) 中に 1 mg のフッ化物が含まれている場合、フッ化物濃度は 1 ppm (1 mg/1,000,000 mg) となります。

(富山県におけるむし歯予防のためのガイドブック)

フッ化物洗口は、県内 10 市中 4 市において、全小学校で実施されています。洗口を実施している 4 市における 12 歳児の一人平均むし歯本数は、いずれも高岡市よりも少なくなっています（下表参照）。この状況を踏まえ、本市としては、これまでも行ってきた歯みがきの指導に加えて、小学校におけるフッ化物洗口を推進し、さらなる児童のむし歯本数の減少につなげたいと考えています。

富山県内市別 12 歳児永久歯一人平均むし歯本数

	H29	H30	R01	R02	R03	R04
A 市	0.19	0.14	0.21	0.13	0.15	0.13
B 市	0.30	0.22	0.36	0.43	0.35	0.41
C 市	0.59	0.50	0.61	0.57	0.52	0.44
D 市	0.57	0.64	0.37	0.25	0.25	0.14
高岡市	0.91	1.00	1.01	0.78	0.54	0.57

※ A～D 市では、全ての小学校でフッ化物洗口を実施している。

また、フッ化物洗口の安全性については、一部から次のような指摘もあります。

- ① フッ化物の誤飲や大量摂取により、嘔吐・腹痛などの急性中毒症状を発現する可能性がある。
- ② 歯の形成期に高濃度のフッ化物を長期間摂取した場合、歯のフッ素症（斑状歯）になる危険性がある。
- ③ その他、神経系及び遺伝系疾患、腎疾患などの危険性を高める可能性がある等。（ただし科学的根拠はみられない）

★自己負担金

年間一人当たり 円です。

※ 年度途中で洗口をやめられても、自己負担金は返金いたしません。

※ 年度途中から洗口の実施を希望されても、自己負担金は年間 円です。