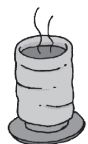


フッ素 Q&A



◎ フッ素ってどんなものですか？

フッ素は自然の中に含まれている元素のひとつです。地中ではもとより海水、河川、植物、動物などすべてに微量ながら含まれており、わたしたちが食べたり飲んだりするものの中にも、量は異なるものの、必ずといっていいほど含まれています。



緑茶（浸出液）
0.1~0.7

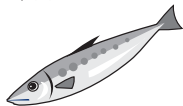
ビール
0.8



牛肉 2



貝 1.5~1.7



イワシ 8~19.2



りんご
0.2~0.8

にんじん
0.5



じゃがいも
0.8~2.8

だいこん
0.7~1.9



フッ素はどこにでもある
自然環境物質です。
(単位ppm)

ppmとは100万分の1の割合を表す単位です。

◎ フッ素は安全？

フッ素洗口液は、1回分の全量を飲み込んででも安全な量に処方されています。園児(体重20kg)の場合、フッ化ナトリウム濃度0.05%の洗口液を25人分以上一度に飲まない限り、急性中毒は起こり得ないことがわかっています。

◎ 自然のフッ素とむし歯予防に使うフッ素は同じものですか？

むし歯予防のフッ素には、普通、フッ化ナトリウムが利用されます。このフッ化ナトリウムは、天然の岩石である“蛍石”から精製されるもので、自然のフッ素そのものです。

◎ 妊娠中にフッ素を使っても大丈夫ですか？

フッ素は胎盤をほとんど通過しないので、妊娠中にフッ素を使っても胎児には影響しません。妊娠中からお母さんがフッ素でむし歯の予防をすれば、お子さんへのむし歯菌の感染を防ぐことに役立ちます。



KOMIYA DENTAL NEWSLETTER

4 2005年 月号



学生の皆さんだけでなく、4月の声を聞くと新たな希望に胸湧くような気がするのは私だけでしょうか？ 新しい始まりの4月を機会に、『予防歯科』未体験の方も予防の一步を始めませんか？

かつてアメリカに留学したことのある著名な先輩先生に、こんな話を伺いました。一番目のお子さんは留学中に生まれ、幼児期までこちらで育ちました。むし歯は全くなく、こちら（日本）に戻られた後もさしたる注意をしたわけでもないのにむし歯ゼロを維持したそうです。

方や二番目のお子さんは日本で生まれ育ちました。普通の食生活、神経質にならない程度の予防はしたのですが、数本のむし歯ができてしまったそうです。これは、ひとえに『フッ素』の効力によるのではないかということでした。

日本では一部の『フッ素反対派』の方々の意見が、神経質ほどマスコミでとりあげられています。そのせいか、公衆衛生の場でのフッ素の大衆使用は普及しません。ところがアメリカをはじめとする数カ国では、行政が水道水へのフッ素配合（この方法は水を飲めば誰でもむし歯予防できます）を行い、フッ素入り食塩・フッ素のサプリメント（錠剤）・フッ素入り歯磨きペーストは個人で導入しています。加えて歯科医院での定期検診、クリーニングを受けています。幼児期からの積極的なフッ素の応用（もちろん正しい使用方法で）が有効なことは、偽らざる事実なのです。

日本でさらにむし歯を減らすには、フッ素利用は避けられないと思います。歯科医院との連携で歯を守って行くことは、成人した後の歯周病の予防にももちろんつながります。

毎月保険証の提示に御協力頂きありがとうございます。
このニューズレターは当院のオリジナルで毎月発行しています。

☆ 診療日変更のお知らせ ☆

●4月28日(木)は診療します。5月1日(日)~5日(木)は連休です。



〒125-0041 葛飾区東金町1-45-2 ハヤシ駅前ビル2F

☎ 03-5699-8888

ホームページアドレス <http://www.wahaha.gr.jp> E-mail dental@wahaha.gr.jp