

福島県フッ化物応用マニュアルの作成にあたって

おいしく食事をしたり、会話を楽しむためには歯や口を健康に保つことが重要です。

いくつになっても自分の歯で美味しく食べ、充実した生活を送るためには、子どものうちからのむし歯予防が大切です。

本県は、以前より、乳幼児から学童期にかけて子どものむし歯が全国でも多い県でした。

この状況に対し、県では子どものむし歯予防に係る研修会や、むし歯のリスクが高い乳幼児に対するフォローアップ事業を実施してきました。

また、保育所・幼稚園等就学前の施設や学校等では、歯みがき指導や食生活の指導、昼食後の歯みがきの励行等が実施されており、子どものむし歯は減少傾向にあります。

しかし、歯みがきや食生活は各家庭の生活環境等によるところが大きく、個人の努力に委ねられ、むし歯がある子どもの数は確実に減少していますが、むし歯のある子どもは複数本持っているという、健康格差が生じています。

そこで、県では、平成24年に「福島県歯科口腔保健の推進に関する条例」を制定し、これまで行われてきた歯みがき指導や食生活の指導に加え、歯の質を強くするフッ化物の利用を推進することとしました。

現在、多くの家庭でフッ化物配合歯磨剤（いわゆるフッ化物配合歯みがき粉）が使用されています。また、一部の市町村や歯科医院では個人へのフッ化物歯面塗布が行われております。

さらに、これまでも一部の地域や施設では、フッ化物洗口にも取り組まれ、多くの効果が見られております。

特にフッ化物洗口については、厚生労働省からも4歳からの利用が勧められており、本県としても就学前からの利用を勧めています。フッ化物洗口は家庭でも実施可能ですが、集団で実施することにより、家庭の環境に影響されることなく、子どもたちが平等に効果を得ることで、健康格差の縮小を図ることが期待できます。

本マニュアルが、これからフッ化物を活用しようとする方々や、既に実施や指導をされている方々にも活用され、安全な方法・量で使用し、これまで実施してきた歯みがき指導や食生活の指導との併用により、各地域のむし歯予防対策がより一層推進されることを期待いたします。

福島県保健福祉部健康増進課長

和田 正孝

目次

第1章 はじめに・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1 p

- 1 本県のむし歯の現状
- 2 むし歯のできかた
- 3 むし歯の発生要因

第2章 フッ化物を使ったむし歯予防・・・・・・・・・・ 5 p

- 1 フッ素とは
- 2 フッ化物応用によるむし歯予防の作用機序
- 3 フッ化物応用によるむし歯予防方法
- 4 定期健診を受けましょう

第3章 局所応用によるむし歯予防の実際・・・・・・・・ 10 p

- 1 フッ化物配合歯磨剤
 - (1) 歯磨剤の形状
 - (2) 効果的な利用方法
 - (3) 歯磨剤の量
 - (4) うがいの回数
 - (5) 注意点
- 2 フッ化物歯面塗布
 - (1) 対象
 - (2) 頻度
 - (3) 手順
 - (4) 使用量と安全性
- 3 フッ化物洗口
 - (1) 対象
 - (2) フッ化物洗口をはじめるにあたって
 - (3) フッ化物洗口の実施方法
 - (4) フッ化物洗口剤（医薬品）の購入方法
 - (5) 実施体制

第4章 むし歯予防とフッ化物 Q&A・・・・・・・・・・ 27 p

- 1 むし歯予防について
- 2 フッ化物について
- 3 フッ化物洗口の実施と効果
- 4 フッ化物の安全性

【参考】・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 40 p

- ・ 様式例
- ・ フッ化物洗口ガイドライン
- ・ 福島県歯科口腔保健の推進に関する条例