



# 歯っぴーだより

H24.8月号

テーマ

担当 齊藤

## 「フッ素について」

先月号ではキシトールについてお話ししましたね。

今月号ではフッ素について詳しくお話します。

ご自宅にある歯磨き粉の裏側を見てみて下さい、フッ素やフッ化ナトリウムなどと記載されていないでしょうか？すごく身近に存在するフッ素ですがその効果を知っている方はどのくらいいらっしゃるでしょうか？

### フッ素の効果

酸産生の抑制

再石灰化促進

歯質の強化

フッ素には以上の効果があり、種類も大きく分けて2種類あります。1つはお家でおこなって頂くホームケアです。



これは歯磨き粉に入っているフッ素やフッ素ジェルを歯に取り入れて頂く事。



もうひとつは歯科医院で定期的に塗る高濃度フッ素です。組み合わせて行っていくと予防効果が上がるといわれています。特に乳歯や生えたての大人の歯は、虫歯に対する抵抗力が低いいためフッ素の力がが必要です。



**なか歯科クリニック**  
〒177-0033  
TEL 03-6913-3805  
FAX 03-6913-3806  
練馬区高野台 1-8-18TMビル 1F  
平日 10:00~13:00 14:30~20:00  
土日 10:00~13:00 14:30~18:00  
休診日 木・祝 訪問診療随時受付