

フレッシュ通信



Vo6 寒風号



フレッシュ歯科
院長 田中愼亮
TEL087-814-4181
高松市林町1183番
新鮮市場きむら林店敷地内



フッ素の歯面塗布

高濃度のフッ素溶液やゲルを歯科医院で歯に塗布する方法で、年2回できたら年3~4回行うのがベストです！フッ素洗口できない乳幼児や成人、高齢者の虫歯予防にも有効です。高濃度のフッ素を扱いますが、お口の中に残るフッ素量からみても十分安全が確保されています。



予防効果
30~40%



フッ素配合歯磨剤の使用

フッ素が配合されている歯磨剤を使って歯磨きを行う方法で、幼児から高齢者まで誰もが家庭で行える身近なフッ素応用です。少しでも口の中にフッ素を残しておきたいので、うがいは2回までとします。



予防効果
20~30%

厳しい寒さの中、新しい1年が始まりましたね。フレッシュ歯科では昨年同様、色々な情報を発信していきたいと思っておりますので、本年もどうぞよろしくお願い致します。さて、年末年始とイベントが続き甘い物やジュース等の摂取も増えてしまったのではないのでしょうか？そんな今年最初のテーマは、虫歯予防効果の高いフッ素についてお話しします。

は そもそもの歯なし 第3回 フッ素とは？



フッ素は特別なものでなく、お茶やお味噌汁など普段口にする様々なものに含まれており、ビタミン類の様に毎日摂らなければならない必須栄養素に位置付けられています。

フッ素の働き

虫歯になりかけの歯を修復する

虫歯菌の出す酸に溶けにくい歯にする

虫歯菌の働きを抑える

応用と予防効果

フッ素の効果的な取り入れ方は3種類あります。



フッ素溶液による洗口

歯磨きの後にフッ素入りの溶液を用いて 30秒ブクブクうがいをする方法で、4歳~15歳くらいに使うと効果が発揮できます。もちろん、大人の方にも効果的です。洗口後、うがいの必要がないので予防効果は抜群です！
ぜひ、就寝前のフッ素洗口を習慣にしましょう！



予防効果
50~80%

当院でもフッ素製品を色々取り揃えております！

フレッシュ歯科オススメのフッ素製品

フッ素洗口	フッ素歯面塗布	フッ素配合歯磨剤
ミラノール オラプリス	フルオールゼリー	チェックアップフォーム チェックアップジェル チェックアップスタンダード

使用方法などお気軽にご相談ください。

ご自宅での毎日のフッ素習慣十年数回のプロフェッショナルケアで、虫歯予防効果は確実にアップします！

大切なのは、フッ素製品は継続して使い続ける事！

フッ素は、一生を通じて歯を守るお手伝いをしてくれます！！

お口の中の環境を整えつつ、今年1年をノー治療で送りたいですね。