

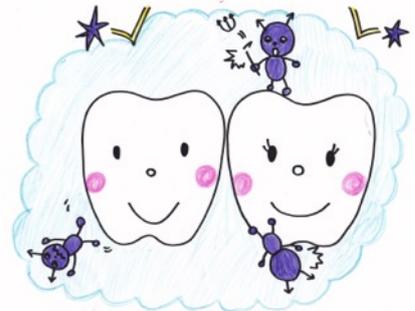


フッ素とは？

フッ素とは、フッ素化合物という化学物質です。自然界にも存在し、野菜や果物にも含まれているミネラルの一種です。このフッ素を歯に塗ると歯のエナメル質（見えている白く硬い部分）と結合して、むし歯をつくる酸に溶けにくくなり、むし歯を予防します。

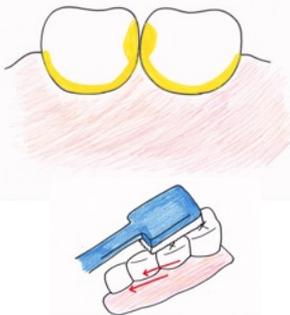
使用方法

- ・フッ素塗布
- ・フッ素洗口
- ・フッ素配合歯磨き粉、スプレーを使用する
- ・水道水にフッ素を入れる（日本では一般的ではない）

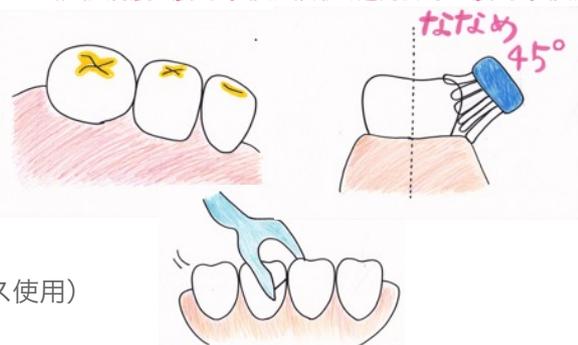


ただし、フッ素でむし歯菌を殺すことはできません。むし歯予防の基本は、あくまでも歯磨きと食生活のコントロールです。フッ素だけに頼ることは禁物です。また、当院で行っているフッ素塗布は、家庭用の10倍以上の高濃度のものです。歯の表面のフッ素濃度を一気に上げてしまうというわけです。

年齢によって変わる磨き方の注意点



- 0歳 ガーゼで優しくぬぐう
- 1歳 歯ブラシを持たせて慣れさせる
- 1歳半から2歳 前歯の歯と歯の間、歯のつけ根
- 2歳から3歳 奥歯のかむ溝
- 4歳から5歳 奥歯の歯と歯の間（デンタルフロス使用）
- 6歳から 1番奥の永久歯（6歳臼歯）



歯の表面にあるエナメル質(白く硬い部分)は、リン酸カルシウムでできています。少し難しい言葉ですが、97%カルシウムでできています。カルシウムでできているということを利用して、たまごとお酢とフッ素をつかって実験を行います。たまごの殻は(炭酸)カルシウムです。食事をしたあとのお口の中は弱アルカリ性なら酸性にかわります。お寿司などで使うお酢も同じ酸性なんです。

1つのたまごの殻にマジックでアンパンマンを、もう1つのたまごにはバイキンマンを描きます。アンパンマンのたまごには殻全体にフッ素を塗ります。バイキンマンはそのまま。アンパンマンとバイキンマンを酸性であるお酢につけます。そのまま15分間、お酢の中に2つのたまごを浸けて取り出し、表面を軽く水洗いしました。すると、フッ素を塗っていないバイキンマンの絵は部分的にはがれてしまいました。対してフッ素を塗っていたアンパンマンのたまごは、そのままの状態を保っていました。



フッ素が
分かる実験