

2015年7月20日掲載

フッ素洗口法

子どものむし歯予防

筆者が学校歯科医をしている小学校で、週1回のフッ素洗口を始めてから10年がたちました。校長先生や養護の先生、各学年の担任の先生方、PTAの皆さんの理解と協力のもと継続して実施してきました。

毎年、年度末の3月に6年生の永久歯を検診して効果の確認をしていますが、開始当初1人平均2本あった永久歯のむし歯が、平均0.5本とだいぶ減少しました。特に実施前によく見られた前歯のむし歯は、ほとんどなくなりました。

小学生の口の中は乳歯が脱落して永久歯が生えてくる時期でもあり、永久歯のむし歯予防を考える上で大切な時期です。

フッ素洗口というのは、永久歯のむし歯予防を目的にフッ素の入った水でブクブクうがいをする方法で、うまい下手なく誰でもできるという利点があります。子供が対象ですから誤って飲み込んでも大丈夫な量を使用していますし、安全性についても特段の配慮をしています。

個人的にフッ素洗口を実施する場合は、永久歯が生え終わるまでの長期間の実施が必要ですが、継続することが難しく途中でやめてしまう方が多いようです。学校などで実施してもらえると継続が可能なことが多いです。

なお、フッ素洗口は全国では約100万人の子供が、本県では約9千人の子供が実施しており、少しずつですが広がってきています。