

SawamotoDentalOfficeNews

2014年4月号



うらかな日差しが心地よい今日この頃ではありますが、皆様いかがお過ごしでしょうか？
今月のSawamoto Dental OfficeNewsでは子ども歯ブラシの選び方とフッ素の使用について
特集してまいります。

0～1歳	1～2歳	3歳～	5歳～
<p>目標: 歯ブラシの感覚に慣れる</p> <p>ストッパーがあるものやシリコン製のものなど</p>	<p>目標: 歯磨きの習慣づくり</p> <p>ヘッドが小さい 毛が軟らかい</p>	<p>目標: 歯ブラシの習慣化～歯ブラシを使い慣れる</p> <p>毛が軟らかい 毛先が平頭 毛毛部は2歯分の長さ 柄が太い</p>	<p>目標: 仕上げ磨きの部位や頻度を徐々に減少させて歯磨きの自立を</p>
<p>・口に入れることが目標の為、口触りがよく、口の中を傷つけないもの</p>	<p>・歯ぐきを傷つけない小さいサイズのもの、毛が軟らかいもの</p>	<p>・歯ぐきを傷つけない軟らかい毛 ・握りやすい太めの柄 ・毛が歯に当たりやすいもの</p>	<p>・握りやすい太さの柄 ・毛が歯に当たりやすいもの</p>

●フッ素

フッ素とは、

1. 歯を強くする(酸で溶けにくくなる)
2. 初期のむし歯を治す(再石灰化を促す)
3. むし歯菌が酸を作るのを抑える

などの虫歯予防に大変効果的だと考えられています。

しかし、濃度の高いフッ素を大量に飲み込んだりすると、人間の体には有害ですのでフッ素の濃度をチェックして、年齢にあわせて選びましょう。

フッ素の濃度はppmという単位で表示されています。これは、100万分の1の割合を表す単位であり、1ppmは1kgあるいは1リットルあたり1mgのフッ化物を含んでいることを示しています。

歯の萌出	3歳頃(ブクブクうがいができる)～5歳頃	5歳～
100ppm	500ppm	900～1000ppm
<p>商品例</p> <p>レノビーゴ</p>	<p>使用料の目安</p> <p>5mm以下</p>	<p>使用料の目安</p> <p>6～14歳 1cm程度</p> <p>15歳以降 2cm程度</p>

詳しいフッ素の使い方などは、当院スタッフへお気軽にご相談ください。

また、フッ素だけでは虫歯予防はできません。日ごろの歯磨きや定期的なメンテナンスを受けて綺麗な口を保っていきましょう。

