



はは歯クラブだより

NO. 177



こんにちは！  医療法人 **ゆきなり小児・矯正歯科**です。



今回はご家庭でのフッ素についてお話です。
歯みがきはもちろんですが、フッ素もむし歯予防に効果があります。

フッ素は年齢によって分けられます。

●3歳児以下のお子さんは、レノビーゴや
チェックアップジェル（バナナ）などの
フッ素濃度が低濃度の、500ppm 以下のもの。



●4歳児以上のお子さんは、
チェックアップジェル(950ppm)などフッ素濃度がもう少し高いものへ移行す
ることをお勧めします。（グレープ、ピーチ、レモンティーがあります。）

●5歳以上のお子さんはミラノールやオラブリスといった
洗口タイプをお勧めします。



※レノビーゴは歯ブラシに5~6プッシュ、
ジェルタイプは歯ブラシの毛先に米粒大つけ全体に塗ってあげてくださいね。

コロナウイルスの影響でフッ素が中止になっている
幼稚園や小学校もあるようです。もし実施されてい
たとしても、しっかりぶくぶくうがいをできている
のか保護者の方が把握することは難しいですよ。
ご家庭でも毎日フッ素をすることをおすすめしてい
ます。
詳しくはかかりつけの歯医者さんにご相談ください。



詳しくはホームページをご覧ください。
「ゆきなり」で検索すると簡単です。

<文責：日本小児歯科学会認定歯科衛生士 池田友紀>