

小学校でフッ化物洗口を実施します！

健康な歯でよく噛むことは、子どもの発育に重要な役割があり、むし歯の多発期である小学生の時期に、むし歯予防対策を行うことで、今と将来の健康を支えることができます。

江別市では、これまで以上に子どもたちの歯・口腔の健康づくりの推進を図るため、令和6年10月から江別市立小学校で希望者を対象としたフッ化物洗口を実施します。



希望者のみ
実施します。

フッ化物洗口とは

一定濃度の洗口液を用いて約1分間ブクブクうがいを行う方法です。

4歳頃から継続することにより、永久歯の虫歯予防に大きな効果を発揮します。

フッ化物洗口液は、歯ブラシの毛先が届きにくい奥歯の溝等にも行きわたるため、歯みがき等の他のむし歯予防法と併用して実施することで更なる効果が期待できます。

実施方法



小学校の児童(希望者のみ)を対象に、900ppmのフッ化物洗口液(オラブリス)10mlを使用し、週1回実施します。

※感染症流行時等、学校の判断で中止する場合があります。

フッ化物洗口を実施する前に、実施希望調査を行い、希望者のみ9月から水でうがいの練習をし、10月からフッ化物洗口液を使用してフッ化物洗口を実施します。

オラブリス 成分等

有効成分	1g中 フッ化ナトリウム 110mg
添加剤	D-マンニトール、マクロゴール6000、ポビドン、クエン酸水和物、ラウリル硫酸ナトリウム、パラオキシ安息香酸プロピル、赤色3号
性状	本剤は、淡赤色の易溶性顆粒でわずかに特異なおいがある。また、本剤1gに水10mLを加え振とうするとき1分以内に溶解する。



フッ化物洗口の効果

- ① 生えたばかりの歯は、むし歯菌が作り出す「酸」に対して弱く、むし歯になりやすい性質ですが、フッ化物洗口を頻回に実施すると、酸に溶けにくい丈夫な歯質にすることができます。
- ② フッ化物洗口を実施すると、平均で30～80%のむし歯が減ることが報告されており、得られた効果は大人になってからも持続します。
- ③ フッ化物洗口とフッ化物配合歯磨剤による歯磨きを併用すると、より高いむし歯抑制効果が得られます。

フッ化物洗口経験別中学1年生
1人平均むし歯数(永久歯)



フッ化物洗口経験別中学1年生
多数歯(4本以上)むし歯保有者率(永久歯)



平成28年～平成30年に実施された調査では、フッ化物洗口経験群と未経験群とで、中学1年生時のむし歯数等に大きく差があることがわかります。

【北海道フッ化物洗口ガイドブック 実践編(第4版)より引用】

むし歯の発生・予防

むし歯の要因は、「食物」「細菌」「歯の質」の3つに分けられ、それぞれの要因から発生を予防していくことが重要です。

食物については、糖分の摂取量と摂取回数を控えめにすることで、細菌については、歯磨きを丁寧に行うことで予防が可能です。歯の質については、フッ化物洗口等のフッ化物利用による予防法が、むし歯に対する歯の抵抗力を高める方法として最も重要と考えられています。

フッ化物の安全性

国・道の資料より引用

アレルギーは？

フッ化物は自然環境物質であり、食べ物や飲み物にも含まれ、市販の歯磨剤の約9割にもフッ化物は配合されていますが、フッ化物そのものがアレルギーの原因になることはありません。
また、フッ化物と骨折、ガン、神経系及び遺伝系の疾患、アレルギー等の疾患との関連等も否定されています。

オラブリスは劇薬？

オラブリス(フッ化ナトリウム)そのものは劇薬扱いとなりますが、むし歯予防のために調整されたフッ化物洗口液は劇薬ではありません。
学校で使用する洗口液は、歯科医の指示に基づき薬剤師が水で調整したものです。

急性中毒は？

フッ化物の急性中毒量は、体重当たり2mg/kgとされていますが、1回分の洗口液10mlに含まれるフッ化物量は9mgであり、体重30kgの小学生の場合、6~7人以上分の洗口液を一度に飲み込まない限り急性中毒量に達しません。
そのため、洗口液1回分を飲み込んでも安全です。

慢性中毒は？

慢性中毒については、顎骨の中で歯が形成される時期に長時間継続して過量に摂取された場合に発現します。
永久歯の歯冠部は4歳頃にはほぼできあがっているため、小学校でのフッ化物洗口では発現することはありません。

お問い合わせ先

江別市教育委員会
学校教育課江別市高砂町24番地の6
☎011-381-1058



©bell.base.smile

フッ化物洗口実施の留意点

① 洗口液の誤飲

洗口液の誤飲について、1回分(10ml)の全量を飲み込んでも安全とされています。万が一、大量の洗口液を誤飲し、下痢、腹痛、嘔吐又は口唇周囲の腫れ、痒み、発疹等がある場合は医療機関を受診してください。

② 猛暑時期の実施

基本的に洗口後30分程度は、可能な限りうがいや飲食物をとらないようにすることが望ましいとされていますが、脱水症状などを未然に防止するため、状況に応じて水分補給を行う場合があります。