

●●● 大人にも「フッ素」は必要です! ●●●

「フッ素は子供だけに使うもの」と思ってはいませんか？

「フッ素（フッ化物）」の応用は現在「最も効果的で科学的裏付けのある虫歯予防法」です。

「虫歯」というある程度進行すると「治療しても元に戻らない病気」に重要なのは「虫歯リスク（虫歯のなりやすさ）を下げて予防」という考えです。虫歯リスクには「歯の表面のリスク」「食事のリスク」「虫歯菌のリスク」などがあります。「食事」と「虫歯菌」のリスクを下げるには様々な要素が絡んでいるため、全ての人が一様に同じ効果を享受する事は事実上不可能です。しかし「フッ素（フッ化物）」は使うだけで全ての人に対し同じ効果で「歯の表面の虫歯リスク」を下げるので他の予防法よりも確実性が高いのです。

人の虫歯リスクは一定ではなく、人生の様々な場面で変化します。歯の生えはじめ、進学、クラブ活動、就職、一人暮らし、同居、結婚、妊娠～出産、子育て、転職、別居、離婚、転居、再婚など人生のイベントにより環境が変化する度に上下します。ですから「フッ素（フッ化物）」は子供のものだけではなく、大人になってもリスクの変化に備えて有効な「盾」となって皆さんの歯を守ってくれる心強い味方です。

特に大人の場合は歯周病との絡みで「根面う蝕」というものが発生しやすくなります。歯周病で歯肉が下がる事によって歯の根の表面が露出しますが、この根の表面は柔らかく虫歯になり易いため私達歯科医は頭を悩ませています。この「根面う蝕」の発生を抑える為に「フッ素（フッ化物）」は非常に有効です。

「フッ素（フッ化物）」が歯の表面に作用する機会を増やせば、それだけ虫歯リスクは下がります。毎日「フッ素入りの歯磨き剤」、可能ならその他に「フッ素ジェル」や「フッ素洗口（うがい）液」を使って、年に数回「歯科医院で高濃度のフッ素塗布」をしてもらうと良いでしょう。

「フッ素（フッ化物）」は一度使っただけで効果がずっと続くものではなく、継続して使用する事が大切です。

