

フッ化物配合歯磨剤で効果的にむし歯予防

毎日歯みがきをするときに、フッ化物配合歯磨剤を使うと効果的にむし歯予防ができます。家族みんなで使いましょう。

フッ化物配合歯磨剤の見分け方

成分表示の欄に「モノフルオロリン酸ナトリウム(MFP)」、「フッ化ナトリウム(NAF)」、「フッ化第一スズ」と表示してあります。

フッ化物配合歯磨剤の効果的な使い方

Q. はじめる時期は？

A. お子さんがきちんとうがいができるかどうか、確認してから使いましょう。

Q. どのくらいつけるの？

A. 6歳未満 豆粒大 (5mm以下) 6歳以上 1cm程度



Q. どのくらいの回数使えばいいの？

A. 3歳~6歳未満では1日2回、6歳以上では1日2回以上使いましょう。特に、寝る前の仕上げみがきの最後に使うと効果的です。

Q. 使い方は？

A. お子さんの仕上げみがきをした後、最後に歯磨剤を歯面全体に広げ、適度な泡立ちを保つようにみがきましょう。

うがいは1回程度にしましょう。

Q. 注意することは？

A. お子さんの手の届かない所にきちんとしまいましょう。

仕上げみがきをしている間は、保護者の方が適量の歯磨剤を歯ブラシにつけてあげてください。

歯みがき直後の1時間は飲食をひかえましょう。この点からも寝る前の使用は効果的です。

