

最新情報のお知らせ

2023年1月にフッ化物配合歯磨剤の推奨される利用方法が示されました。
それに伴い、本書（2022年10月初版）の内容を訂正いたします。

65P

	歯が生えてから 2歳まで	3～5歳	6歳から 成人・高齢者
フッ化物濃度	900～1000ppmF	900～1000ppmF	1400～1500ppmF
歯磨き粉の量	米粒程度 (1～2mm程度)	グリーンピース程度 (5mm程度)	歯ブラシ全体 (1.5～2cm)
注意事項	歯磨きの後に歯磨き粉を軽く ぬぐう	歯磨きの後のうがいは、少量の水で1回のみとする	

*歯磨きについては専門家のアドバイスを受ける。また、歯磨き粉は、子どもの手が届かないところに保管する。

https://www.kokuhoken.or.jp/jsdh/news/2023/news_230106.pdf

63P

小学生になったら、1400～1500ppmFの歯磨き粉を！

1.5～2cm

歯磨き粉は、むし歯予防の観点から、高濃度フッ化物配合のものを選びます。6歳以上(6歳未満はp96参照)は1400～1500ppmFの歯磨き粉を歯ブラシの上に1.5～2cm出して、フッ素をたっぷり塗布するイメージで使うのが正解。

96P

	歯が生えてから 2歳まで	3～5歳	小学生以上
ポイント	<ul style="list-style-type: none"> ・歯磨きに慣れるように ・歯ブラシは優しく当てて小さく動かす ・楽しく短時間で 	<ul style="list-style-type: none"> ・食べたら磨く習慣づけ ・歯のつけ根、歯と歯の間、奥歯の溝に注意 	<ul style="list-style-type: none"> ・生えたばかりの永久歯はむし歯になりやすい(低学年) ・歯のつけ根、歯と歯の間、奥歯の溝に注意。歯周病予防を開始(高学年以上)
歯磨き粉の量	米粒程度 (1～2mm程度)	グリーンピース程度 (5mm程度)	歯ブラシ全体(1.5～2cm)
フッ化物濃度	900～1000ppmF		1400～1500ppmF

*小学校低学年までは、子どもが使う歯ブラシと保護者が使う仕上げ磨き用歯ブラシの2本を用意する。子どもが磨いてから保護者が仕上げ磨きを行う。<https://www.jdha.or.jp/pdf/outline/shikahokencard.pdf>

2403「新しい歯の教科書 口内環境は、全身の健康につながる」株式会社池田書店