

フッ素の効果と使い方

● フッ素の効果 ●

- ★ **細菌抑制** ムシ歯の原因菌の活動を抑えます
- ★ **歯質強化** ムシ歯になりにくい強い歯を作ります
- ★ **口臭予防** フッ素を寝る前に使用することで、寝ている間に増殖する細菌の活動を抑制し、朝起きたときの特有の口臭を防ぐことができます

歯の表面では、歯の成分であるミネラルが溶け出す**脱灰**と、ミネラルが歯の中に残って結晶化する**再石灰化**が繰り返されています
この**脱灰**と**再石灰化**のバランスがくずれて、ミネラルが溶け出す脱灰のほうが大きくなると、ムシ歯ができます



● ホームジェルの効果的な使い方 ●

ホームジェルとは？

フッ化第一スズとキシリトールを主成分とした
家庭でできるフッ素塗布用のジェルです

- ・フッ化第一スズ…歯を強くするフッ素と、抗菌作用のあるスズの働きがあります
- ・キシリトール……ムシ歯の原因になる酸を抑制します



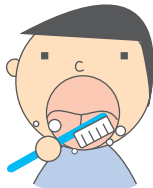
使用法

1

ホームジェル使用前は
通常通り歯を磨きます

いつも通りに

歯みがき粉



2

ホームジェルを歯ブラシにつ
け、全ての歯にいきわたるよう
に軽く磨きます

軽く磨く

ホームジェル



3

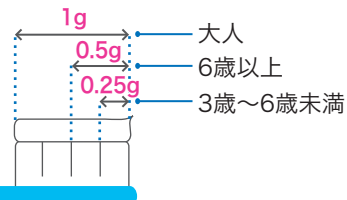
使用後はうがいをせずに
軽くつばを吐き出す程度にします

★注意

使用後30分間はうがい、飲食を控えましょう



1回の
使用量



ムシ歯になりやすいかどうかは、お口の中の環境や抵抗力によって異なります



ムシ歯のなりやすさ、
ムシ歯の治りやすさが推測できれば、
効果的な予防の対策がとれます



- 口の中の細菌の種類や量
- 唾液の性質や量
- 飲食の頻度や種類
- フッ素の使用状況
- プラークの蓄積量
- 過去のムシ歯本数

● 当院では、一人一人に合わせたムシ歯予防対策を、患者さんと一緒に取り組んでいます ●

ミラノール(フッ素洗口)の使い方

ミラノール専用ボトルを使用した 洗口液の作り方

キャップをあけ
1包を容器に入れます
お水を 200ml 入れます
キャップをしめ、軽く振ったら
できあがり♪

ボトルに 200ml の
メモリあり
ボトルの上のフタに
5~10ml のメモリあり



1回作ると
約1か月
持ちます

洗口方法

※洗面所の涼しい場所に保管しましょう！！
※新しく作る場合は、キレイに洗ってしっかり乾かしましょう♪

1



仕上げ磨きをして、
歯についた汚れを落としましょう♪

2



お口全体に
いきわたるように
ほっぺを膨らませて
ブクブクうがい♪
1回の使用は
5~10ml
幼児、低学年なら
5ml で充分です♪

3



液を吐き出しましょう
※万が一、1回分を飲みこんで
しまっても心配ありません

洗口後、30分間は
フッ素が歯に浸透している時間です
※30分間は
飲食をさけてください

Point

毎日1日1回継続しましょう♪
(フッ素の顆粒を切らさないようにしましょう)

●ボトル¥360 (初回のみ購入でOK)

●ミラノール顆粒 (バラ売り) ¥200

♪まとめ買いがお得♪ 家族で使う方にもおすすめです

¥200×3=¥600→¥540 (60円お得♪)

¥200×6=¥1200→¥1050 (150円お得♪)

毎日1日1回継続しましょう♪
(フッ素の顆粒を切らさないようにしましょう)