

「フッ化物洗口について」



～その③ フッ化物洗口と安全性～

フッ化物洗口は、フッ化ナトリウム溶液（5～10ml）を用いて、30秒～1分間ぶくぶくうがいを行い、むし歯を予防する方法です。週5回法（毎日法）と週1回法があり、就学前は週5回法、就学後は週1回法が主に採用されます。フッ化物洗口は、ぶくぶくうがいができるようになる4歳頃を目安に開始します。



洗口法	フッ化物濃度	洗口量	洗口時間
週5回法	250ppm (250mg/L)	5～7ml（就学前） 10ml（小学生以上）	30秒～1分間
週1回法	900ppm (900mg/L)	10ml（小学生以上）	1分間

フッ化物は大量に摂取すると中毒を起こすことがあります。不快な症状（悪心や嘔吐）が発現するフッ素量は体重1kgあたり2mg、急性中毒量は5mgとされています。

例えば、体重15kgの幼児が不快な症状が生じるフッ素量は、30mgとなり、1回分のフッ化物洗口液を誤って全量飲み込んでしまっても、不快な症状が発現する量よりもはるかに少ないため、安心してフッ化物洗口を行うことができます。

