

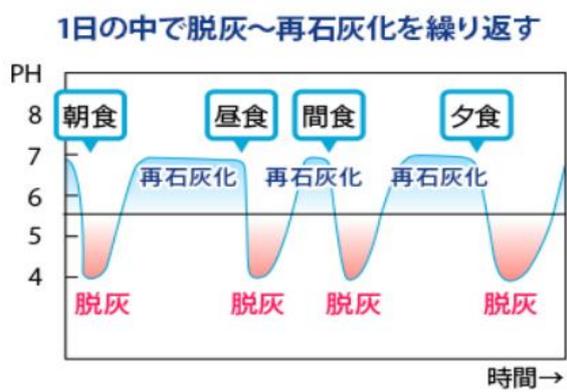
まつえだより 3月

フッ素は毎日、コツコツと



脱灰を抑え再石灰化を促進するために、毎日のケアが重要

口内が常に中性であれば、歯の脱灰は起こりませんが、脱灰と再石灰化は1日の中でもめまぐるしく起こっています。**初期むし歯**ができてしまっても、フッ素の活用やその他のケアにより再石灰化しやすい状態をつくり出せば、**修復は可能**です。初期むし歯が修復されるまでには、半年～1年程度かかるといわれています。その意味では、歯科の定期健診が半年に1回以上と推奨されるのは理にかなっているといえるでしょう。また、初期むし歯は自分では見つけにくく、**歯科専門家による定期的なチェックが必要です！**



「初期むし歯ができてしまった!」と慌てて一時的にケアに気を遣うだけでは、フッ素の効果は十分に発揮されません。日々、口内の環境は変化し、脱灰に傾くリスクは常にあります。だからこそ、毎日のケアでフッ素をしっかりと取り入れ、継続的にむし歯予防に努めることが大切なのです。

