

子どもから大人へつなぐ むし歯予防の第一歩

ー 集団フッ化物洗口の力 ー

子どものむし歯は減っていると言われていいますが、40歳頃にはほぼ全員がむし歯になり、65歳以上の高齢者のむし歯が増えてきました。



繰り返すむし歯には多くの治療費が支払われ、国民医療費の中でも歯科治療費は大きな割合を占めています。あらゆる世代のむし歯予防が重視される時代です。

地域や家庭環境の違いによる健康格差も広がっています。それを乗り越えるむし歯予防の方法がフッ化物^(※)応用です。特に学校や保育所、幼稚園などにおいてみんなで取り組む「集団フッ化物洗口」は、子どもだけでなく、歯を強くする効果があり、成人のむし歯予防にもつながっています。

(※)フッ素は、米やお茶、魚貝など、自然界のあらゆる食品に含まれ、私たちには馴染み深い天然の元素です。歯にはフッ素元素の陰イオンであるフッ化物が作用し、歯の質を強くする、むし歯になりにかかった歯を修復する、むし歯菌の働きを抑えるという3つの作用により、むし歯を予防します。具体的には、歯科医院でのフッ化物



塗布、フッ化物配合歯磨剤の利用、家庭や学校等で行われるフッ化物洗口などがあります。また、日本では未実施ですが、世界では50以上の国でフロリデーション(水道水のフッ化物濃度を調整する方法)によって約4億人の水道利用者全員がむし歯予防の恩恵を受けています。

集団フッ化物洗口の意義

フッ化物洗口とは、比較的低濃度のフッ化物洗口液(うがい液)でブクブクとうがいをする方法です。

集団フッ化物洗口は、むし歯予防にとって特に大切な乳歯から永久歯に生え変わる時期の子どもたちを対象に、学校等の関係者と協力して取り組む、地域の公衆衛生活動です。

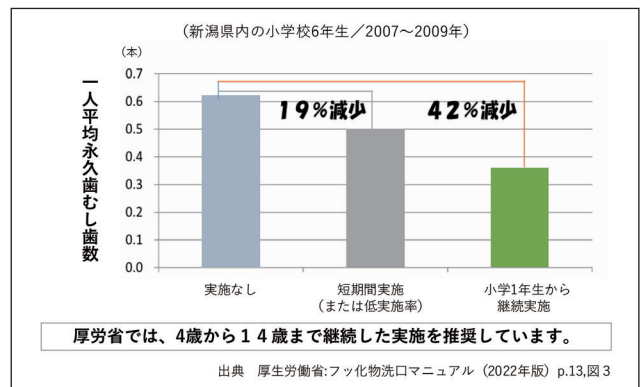


図1 フッ化物洗口の実施期間による永久歯むし歯数の比較

★ 集団フッ化物洗口を行うと良い点 ★

- 子どもたちに、むし歯予防の環境を提供することができる
- 継続的に実施することで、むし歯の予防効果を確実に得られる(図1)
- 子どもの頃から健康づくりへの意識を育むことができる
- 費用対効果が大い(少ない費用で医療費を抑えることができる)

成果が見られた地域の取り組み

新潟県では、全国に先駆けて集団フッ化物洗口を推進した結果、12歳児のむし歯ゼロの子どもの割合は日本一となっています(図2)。

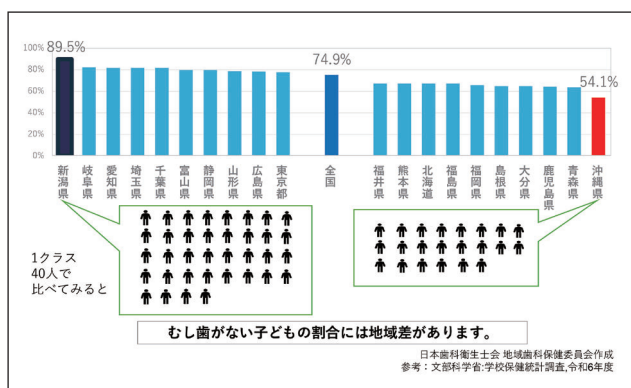


図2 都道府県別 むし歯ゼロの12歳児の割合

また、1970年に日本で最初に集団フッ化物洗口を始めた新潟県の弥彦村において、2020年に長期的な効果を検証する「大人のむし歯調査」を実施したところ、弥彦村で育ち子どもの頃に集団フッ化物洗口を経験した人は、むし歯やむし歯によって

失った歯の本数が少ないことがわかりました。この結果は、子どもの頃に行ったフッ化物洗口が、大人になっても一定の効果を持ち続けていることを示しています。(東京科学大学HP「大人のむし歯調査」の結果)



集団フッ化物洗口から広がる未来の健康

集団フッ化物洗口は、子どもたちのむし歯を予防するだけでなく、学校や施設での健康づくりを活発にし、子どもたちが自分から歯を大切にする気持ちを育てる効果も期待されます。また、保護者の理解も深まり、家庭でも歯の健康づくりに取り組むきっかけになります。さらに、大人になっても効果が認められています。

現状では地域によって取り組みに大きな差があります(図3)。「フッ化物洗口」という言葉自体聞いたことがない人もいるのではないのでしょうか。

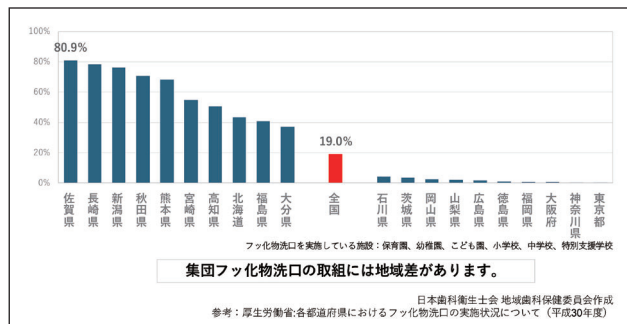


図3 都道府県別 フッ化物洗口を実施している施設の割合

今後、集団フッ化物洗口の導入が広がり、住む地域によって健康格差が生じることなく、むし歯のない健康な未来を歩む子どもたちが増えていくことを願っています。

(公益社団法人 日本歯科衛生士会 地域歯科保健委員会)