

フッ化物洗口 Q&A

□フッ化物の安全性について

Q1：フッ化物は、健康に影響ありませんか。

A1：フッ化物（フッ素）は体を構成している元素のひとつです。また、お茶や水、根菜類や海藻類など多くの食べ物野中にもフッ化物は含まれています。フッ化物は体にとって必要なものですが、取り過ぎは様々な健康への害を及ぼします。

Q2：アメリカでは、フッ化物による発ガン率の増加、ダウン症児の出生率が高くなる、骨に異変が起きる等の研究報告があると聞きましたが、それは本当か。

A2：フッ化物とガン、ダウン症との関係は科学的に証明されていません。アメリカでの研究報告は確かにありますが、これらの論文をよく読むと、適量を大幅に超えて摂取した場合の結果です。フッ化物洗口で用いるフッ化物の量では、決して危険な状況にはなりません。

Q3：フッ化物洗口は「6歳未満は“禁忌”」と聞きましたが、それは本当ですか。

A3：WHO（世界保健機関）は、確かにフッ化物洗口は6歳未満を“禁忌”としています。その理由は、先進諸国では全身応用法が広く普及しており、低年齢者にフッ化物の過量摂取の可能性があるためです。

ただし、日本では全身応用法を実施しておらず、日本口腔衛生学会の調査によって低年齢者のフッ化物洗口の安全性は確認されており、4歳以上の実施を推奨しています。

Q4：洗口液を誤って飲み込んでしまった場合、体に害はありませんか。

A4：1回分の洗口液を誤って飲み込んでしまっても、体に害が生じることはありません。フッ化物の健康に対する影響は、その摂取量によります。フッ化物を一度に大量摂取することによって急性中毒症状を起し、悪心やおう吐などの症状が生じます。一方、慢性的に過剰摂取すると、慢性中毒症状である「歯のフッ素症」や「骨のフッ素症」を起こすことが知られています。ただし、フッ化物洗口で用いるフッ化物の量では、急性中毒・慢性中毒どちらも心配はありません。

Q5：口の中にキズや口内炎がある時に、フッ化物洗口を行っても大丈夫ですか。

A5：フッ化物洗口液は刺激性のものではないので、キズや口内炎に影響することはありません。ただし、キズや口内炎に水がしみて痛みがあるなら、無理に行わない方がよいでしょう。