



# はは歯クラブだより



NO.99 長崎市鳴見台小学校  
学校歯科医 行成 哲弘



医療法人

こんにちは！ ゆきなり小児・矯正歯科です。

最近市販でもよく見るマウスウォッシュ（モンダミン、  
デンタルリンスなど）って一体なんでしょう？



フッ素のうがいと混同していませんか？

フッ素入りのマウスウォッシュは、販売されていません。



マウスウォッシュは…殺菌成分CPCが原因菌を殺菌し、  
増殖を長時間抑制。ムシ歯・歯肉炎を防ぐとあり、  
「歯」そのものの質を強くするフッ素とは別物です！

殺菌ということですので、No. 97でお話したバイオフィルムの表面の菌には効果がありますが、その下の細菌にまでは届きません！特にむし歯や歯肉炎の原因となるのは、歯の表面についている細菌なのです。

やはりむし歯、歯肉炎予防の基本は、ハブラシやフロスを使って歯垢をきれいに落とすことです。  
マウスウォッシュをしているから…と安心しすぎないようにしたいですね。



詳しくは、ホームページをご覧ください。「ゆきなり」で検索すると簡単です。

今までの「はは歯クラブだより」をホームページに掲載しています。

<文責：日本小児歯科学会認定歯科衛生士 池田友紀>