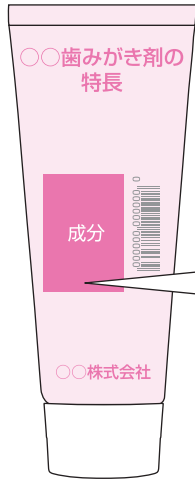


## 主な成分と作用



歯みがき剤のチューブまたは外箱には、その歯みがき剤に配合されている成分が書いてあります。また、疾患予防のために薬用成分を配合した歯みがき剤には「医薬部外品」の表示があります。

### ●主な成分と作用

配合目的	作用	主な成分
湿潤剤	適度な湿り気を与える	グリセリン、ソルビトールなど
清掃剤	歯の表面を傷つけずに汚れを落とす	無水ケイ酸、炭酸カルシウムなど
発泡剤	口中に歯みがき剤を拡散させ、汚れの除去を助ける	ラウリル硫酸ナトリウムなど
香味剤	爽快な使用感を与える	サッカリンナトリウム、メントール、ミント類など
粘結剤	成分の分離を防ぎ適度な粘性を与える	カルボキシメチルセルロースナトリウム、アルギン酸ナトリウム、カラギーナンなど
薬用成分	薬用成分の個別機能により、疾患を予防する	フッ化ナトリウム、イソプロピルメチルフェノール、トランネキサム酸、デキストラナーゼなど

歯みがき剤の剤型：一般に多く使われているものは練歯みがき剤ですが、これ以外にも粉、液体などの剤型もあります。

## フッ素配合歯みがき剤の年齢別使用方法

年齢	使用量	歯みがき剤のフッ素濃度	洗口その他の注意事項
6ヶ月(歯の萌出)～2歳	切った爪程度の少量	500ppm (泡状歯磨剤であれば1,000ppm)	仕上げみがき時に保護者が行う。
3～5歳	5mm以下	500ppm (泡状またはMFP歯磨剤であれば1,000ppm)	就寝前が効果的。 歯みがき後5～10mlの水で1回程度洗口。
6～14歳	1cm程度(約0.5g)	1,000ppm	就寝前が効果的。 歯みがき後10～15mlの水で1回程度洗口。
15歳以上～成人	1～2cm程度(約1g)	1,000～1,500ppm	同上

※フッ素濃度1,000～1,500ppmの歯みがき剤は6歳未満の子どもの手には使用を控え、子どもの手の届かない所に保管しましょう。

日本口腔衛生学会フッ化物応用委員会(編)「フッ化物局所応用実施マニュアル」2017を一部改変

## 洗口液について

### ◆効果

洗口液は、口の中をさわやかにして口臭を予防するだけでなく、有効成分を配合するものは、その働きに応じて、むし歯や歯肉炎予防などに効果的です。

### ◆使用法と注意

- 洗口液に記載されている使用法に従ってお使いください。
- 誤飲を避けるために、こどもの手の届かない所に保管ください。

### ◆その他

- 歯みがきができないときの使用にもおすすめます。



## よい歯シリーズ

# 歯みがき剤編

### ■歯みがき剤の働き

- 基本的な働き
- 薬用成分によるむし歯や歯周病などの予防

### ■主な成分と作用

### ■フッ素配合歯みがき剤の年齢別使用方法

### ◇洗口液について

LION

公益財団法人  
ライオン歯科衛生研究所

お問い合わせ 本部 / 〒130-8644 東京都墨田区本所1-3-7

TEL 03-3626-6490 FAX 03-3626-4182

ホームページ: <https://www.lion-dent-health.or.jp/>

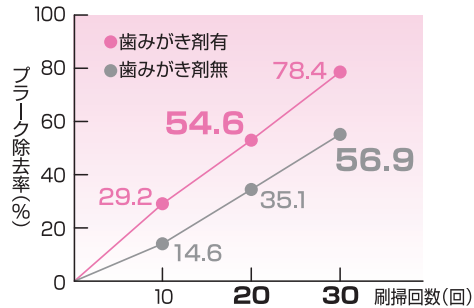
# 口腔の清掃だけでなく、薬用成分の働きにより、むし歯や歯周病などを予防します。

## 歯みがき剤の働き

### 基本的な働き

#### ① 効率よくプラーク(歯垢)を除去する

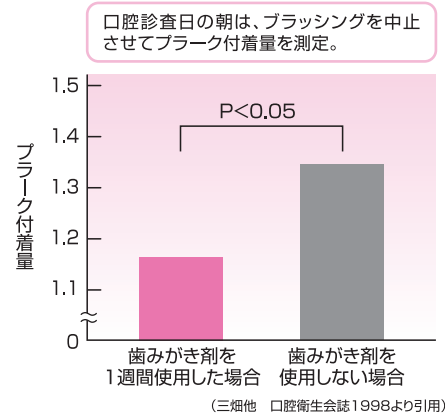
同じプラークを除去するとき、歯みがき剤を使用しないと30回かかるのところ、使用すると20回で除去できます。歯みがき剤を使用することで効率よくプラークを除去できます。



(公財)ライオン歯科衛生研究所調べ  
(武蔵野 日本小児歯科学会 1986より引用)

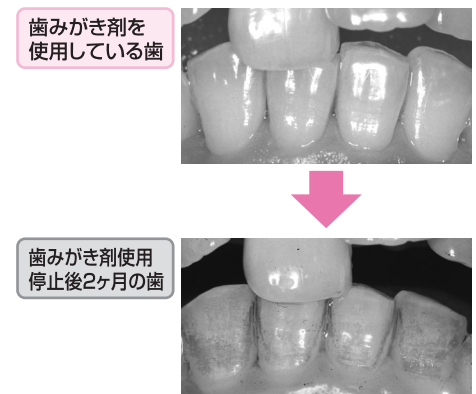
#### ② プラークをつきにくくする

歯みがき剤を使用してブラッシングした方が、プラーク付着量が少なくなります。



#### ③ 本来の歯の白さを保つ(色素沈着防止)

飲食物中の色素やタバコのヤニなどによる色素沈着を防ぎ、本来の歯の白さを保ちます。



#### ④ 口臭の予防

歯みがき剤を使用し、口の中全体を清潔にすることによって、効果的に口臭の予防ができます。



## 薬用成分によるむし歯や歯周病などの予防

### むし歯の発生・進行の予防

#### <フッ素\*の3つの効果>

##### 再石灰化促進

歯から溶け出したカルシウムやリンの再沈着を促進します。

##### 歯質強化

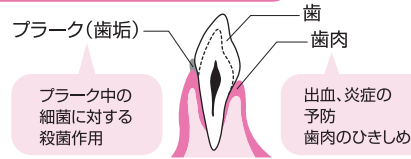
歯の質を強くして、酸に溶けにくい歯にします。



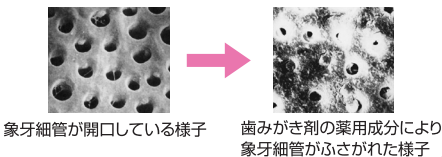
##### 細菌の酸産生抑制

歯ブラシで落としきれなかったプラーク(歯垢)中のむし歯原因菌の働きを弱め、酸がつくられるのを抑えます。

### 歯周病(歯肉炎・歯周炎)の予防



### 知覚過敏症状の予防



### ●効果・効能と主な薬用成分

効果・効能	主な薬用成分(代表例)
むし歯の発生及び進行の予防	フッ化ナトリウム/モノフルオロリン酸ナトリウム
プラークの除去および付着防止	デキストラナーゼ(酵素)
歯周炎(歯槽膿漏)の予防	ε-アミノカプロン酸/トラネキサム酸/ β-グリチルレチン酸/オウバクエキス/ 酢酸トコフェロール(ビタミンE)
歯肉炎の予防	イソプロピルメチルフェノール(IPMP)/ 塩化セチルピリジニウム(CPC)
歯石の沈着を防ぐ	ポリリン酸ナトリウム
口臭の予防	ラウロイルサルコシナトリウム(LSS)
歯がしみるのを防ぐ	乳酸アルミニウム/硝酸カリウム
タバコのヤニ除去	ポリエチレングリコール/ポリリン酸ナトリウム

\*フッ素：正しくはフッ化物ですが、ここでは分かりやすくフッ素といっています。