

フッ化物洗口実施マニュアル

みんなで **フッ** **フッ** むし歯予防



改訂版

鳥 取 県
一般社団法人 鳥取県歯科医師会



目次



1	フッ化物洗口の種類(週1回法・週5回法)と薬剤の種類	3
2	薬剤の入手方法	3
3	実施方法	4
	(1) 器材の準備・洗口剤の調製	
	(2) 洗口練習	
	(3) 洗口の手順	
	(4) 洗口後の注意	
	(5) 洗口後の後始末	
4	実施上の留意事項	5
	(1) フッ化物洗口と他のフッ化物応用の組み合わせ	
	(2) 薬剤管理及び指導上の留意点	
	(3) 使用する容器	
	(4) 誤飲に対する注意	
	(5) その他	
5	フッ化物洗口をすすめるにあたって、必要な書式例	6
	(1) 希望調査書	
	(2) 指示書	
	(3) 薬剤出納簿	
	フッ化物洗口 Q&A	7
	別添資料	8

*参考文献

- ・う蝕予防のためのフッ化物洗口実施マニュアル(「フッ化物洗口ガイドライン」 収載)
- ・フッ化物ではじめるむし歯予防

歯は萌出後の数年間が最もむし歯になりやすいので、その時期に積極的な予防対策を講じる必要性があります。従って乳歯の萌出から永久歯完成期までの時期がむし歯予防に最も重要な時期となります。この時期にフッ化物洗口等適切な予防手段を行えば、その効果は成人期になっても持続すると報告されています。

本マニュアルは、フッ化物洗口を各施設で行うにあたり、フッ化物洗口実施方法について記載しています。



1 フッ化物洗口の種類（週1回法・週5回法）と薬剤の種類

洗口法 週1回法と週5回法があり、洗口液のフッ化物濃度が違います。

薬剤 ミラノール（写真1）とオラプリス（写真2）の2種類があり、いずれもフッ化ナトリウムを主成分とする顆粒剤で、分包されており、専用の溶解容器とセットで販売されています。

● 洗口の方法と洗口液の調製方法例

方法	フッ化物濃度	製剤を使用した調製方法例
週1回法	900ppm	ミラノール1.0gを水 56ccに溶解
		ミラノール1.8gを水 100ccに溶解
		オラプリス1.5gを水 83ccに溶解
週5回法	250ppm (225ppm)	ミラノール1.0gを水 200ccに溶解
		オラプリス1.5gを水 300ccに溶解 (ミラノール1.8gを水360ccに溶解)



ミラノール®（写真1）



オラプリス®（写真2）



2 薬剤の入手方法

（1）個人的に応用する場合

① 歯科医院で入手する方法

フッ化物洗口は、2000年（平成12年）4月より、むし歯多発傾向者に対する指導料として保険算定が認められています。したがって、保険で全額給付できない自費診療を受ける場合では、保険診療との明確な区分がなされ、指導（自費）に薬剤の授与を含める内容であれば、歯科医院で薬剤を入手することが出来ます。保険給付が可能なむし歯多発傾向者については、保険給付されるのが指導料であり、薬剤授与ではないことから、歯科医師の指導を受けた上で、薬局に行かなければ薬剤を入手することはできません。（* 歯科医院で購入可能なフッ化物洗口液もあります。）

② 薬局で購入する場合

①で述べたように、歯科医院でむし歯多発傾向者としてフッ化物洗口の指導を受けたケースでは、薬局で薬剤（フッ化物洗口製剤）を購入することが出来ます。その際、フッ化物洗口製剤は粉末の状態では薬機法上劇薬指定となるので、購入の際は指示書（別添資料）を発行してもらいます。歯科医院でむし歯多発傾向者として指導を受けた場合でなくても、薬局でフッ化物洗口製剤を購入することは可能です。

（2）施設や学校などで行う集団応用の場合

施設や学校単位で、薬局で薬剤を購入しますが、園歯科医または学校歯科医に指示書（別添資料）を発行してもらいます。

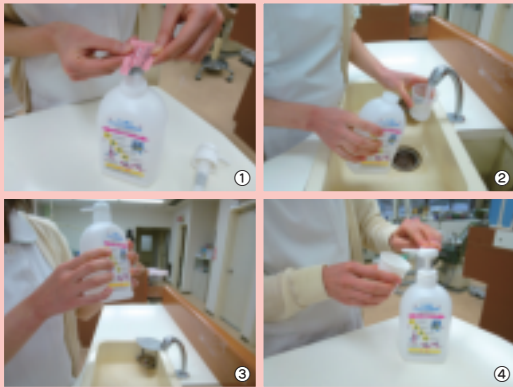
3 実施方法

(1) 器材の準備・洗口剤の調製

施設での集団応用では、施設職員が管理、洗口剤の調製を行います。

洗口剤の調製は、所定の濃度で薬剤を水道水で希釈し行います。また、薬剤は希釈する前の状態では劇薬または劇薬に相当するものであり、その保管には十分に注意してください。(できれば鍵のかかる所で保管してください。)ただし、希釈された洗口液は劇薬ではありません。

薬剤の調剤の手順 ①②③④



準備する器材

・ディスペンサーボトル



・砂時計、時計など



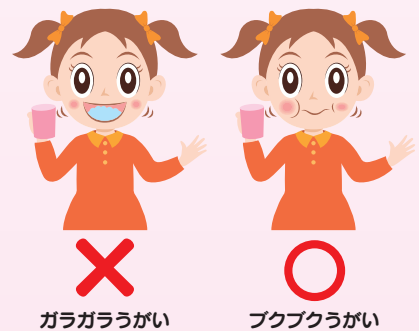
・CD(フッ化物洗口用音楽)

(2) 洗口練習

フッ化物洗口の実施に際しては、事前に水でブクブクうがいの練習を1週間～2週間行い、飲み込まずに吐き出せるようになってから開始します。

(3) 洗口の手順

椅子に座り口を閉じて前下方を向いた姿勢で、5～10mlを口に含み、すべての歯の面に洗口液をいきわたらせるように、ブクブクうがいを行い、30秒から1分後に吐き出します。上手にできるようになったことを確認してから、洗口液で洗口を開始します。



(4) 洗口後の注意

洗口後30分程度は、口をゆすいだり飲食をさせないようにしましょう。

(5) 洗口後の後始末

週1回法で余った洗口液は、原則的に保管しません。

週5回法では、週のはじめに1週間分をまとめてつくります。なお、1週間分の洗口液は、ラベルの表示をした容器に入れ、冷蔵庫で保管します。また、週末に残った洗口液はすべて捨てます。使用容器は、水道水ですすいで良く乾かし、次の週の使用に備えます。

(使用器具の消毒を行う場合は、器具を水洗い後、0.02%次亜塩素酸溶液に5分間以上つけて消毒し、水道水ですすいで良く乾かします。)

4 実施上の留意事項

(1) フッ化物洗口と他のフッ化物応用の組み合わせ

2種類以上のフッ化物応用を組み合わせで使用することは、一般的には相乗効果をもたらします。例えば施設において、週5回フッ化物洗口を行っている子どもが、家庭で毎日フッ化物配合歯磨剤を使用して歯をみがき、歯科医院で年に数回フッ化物歯面塗布を受けても、特に問題はありません。

(全身応用と併用する場合においては、歯のフッ素症の潜在的な増加も考慮しなくてはなりません。が、日本では全身応用は実施されていません。) (図1)

年齢に応じたフッ化物によるむし歯予防法 (図1)

場 面	出生	保育園					小学校					中学校			高等学校			成人～高齢者									
	家庭	幼稚園					1	2	3	4	5	6	1	2	3	1	2	3	18	19	20	～	60	～	80	～	
(歳)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	～	60	～	80	～	
保 育 園 幼 稚 園 学 校																											
歯科医院 各市町村																											
家 庭																											

図1の注釈: 吐き出しができる (年齢3歳以上)、低年齢児用F (年齢3歳未満)、うがいができる (年齢6歳以上)

(2) 薬剤管理及び指導上の留意点

市販されている製剤（ミラノール・オラプリス）を水溶液にして使用する場合は、説明書の指示に従いましょう。

また、施設において集団で行う場合は、歯科医師が薬剤の計算を行い、それを施設職員が決められた量の水道水に溶かして、フッ化物洗口液を用意します。なお薬剤を溶かす水は水道水を使用します。ミネラルウォーターは硬度が高いので使用しないようにしましょう。

(3) 使用する容器

フッ化物洗口水溶液を溶解・保存しておく容器は、合成樹脂の容器を使用しましょう。ガラス容器は、フッ化物によって溶解するので避けてください。

(4) 誤飲に対する注意

フッ化物洗口を行うには、うがいがきちんと行えることが条件です。フッ化物洗口開始前に水を使用して洗口する練習を行い、きちんと吐き出せることを確認してから実施しましょう。なお、未就学児を対象として誤飲を予防するためには、洗口の姿勢（できるだけ下を向いて洗口を行う）にも注意しましょう。

(5) その他

施設においてフッ化物洗口を実施する場合は、開始前に子供の保護者の希望を得てから実施します。参加希望のない子供には、洗口時間帯に水で洗口するなどの配慮が必要になります。



フッ化物洗口 Q & A



Q ① フッ化物洗口をしていても、むし歯になるのはなぜですか？

A ① むし歯予防は①フッ化物を上手に利用すること、②上手な間食の取り方、③歯みがきやフロスを使用すること、の3つが基本です。フッ化物洗口をしていても他の2つが守られていなければ、むし歯ができることもあります。

Q ② フッ化物洗口の時、液1回分を飲み込んでしまっても大丈夫ですか？

A ② 問題ありません。フッ化物の急性中毒量は、体重あたり2mg/kgとされています。体重20kgの園児が、7ml 週5回法(Fとして1.6mg)で行っている場合、フッ化物洗口液を一度に25人以上以上飲み込まない限り、急性中毒の心配はありません。

Q ③ フッ化物歯面塗布や洗口を行ってはいけない病気はありますか？

A ③ ありません。フッ化物は日常的にお茶や海産物等とともに摂取しているので、日常生活を送っている限り問題はありません。また、障がいのある子どもが特に影響を受けやすいという報告はありません。洗口液は吐き出すことが原則ですので、吐き出すことが出来ない場合については、フッ化物歯面塗布をお勧めします。

Q ④ フッ化物洗口は劇薬を用いると聞いたのですが、大丈夫ですか？

A ④ 心配ありません。フッ化物洗口には主にフッ化ナトリウム溶液が使用されます。フッ化ナトリウム粉末は劇薬に相当しますが、洗口に用いられる溶液は、普通薬となります。
* 週5回法の場合のフッ素濃度: 0.05%(普通薬: フッ素濃度1%以下)

Q ⑤ フッ化物洗口の費用はどれくらいかかりますか？

A ⑤ クラス単位で行うフッ化物洗口については、初年度に器材代として5,000円程度かかります。薬剤費として年間1人あたり数百円です。

(参考)

- 保育園・幼稚園・こども園で週5回法で行った場合
ミラノール1g 使用: 350円程度(1人あたり年間)
ミラノール1.8g 使用: 320円程度(1人あたり年間)
- 小学校・中学校で週1回法で行った場合
ミラノール1.8g 使用: 320円程度(1人あたり年間)

フッ化物洗口に関するお問い合わせ

一般社団法人 鳥取県歯科医師会
〒680-0841 鳥取市吉方温泉3丁目751-5
☎(0857)23-2621



別添資料

(1) 希望調査書

(2) 指示書

(3) 薬剂出納簿

年 月 日

保護者 様

所長
一般社団法人鳥取県歯科医師会長
(印 省 略)

フッ化物洗口実施について
(希 望 調 査)

時下の候、益々ご清祥のこととお慶び申し上げます。

さて、この度保護者説明会を開催いたしましたフッ化物洗口につきまして、次のとおり実施いたしますので、下記により希望調査書の提出をお願いいたします。

このフッ化物洗口は、安全性や予防効果に優れたむし歯予防法です。子ども達の健康な歯の育成のために、フッ化物洗口事業を実施していますので、ぜひ、多くの方々のご参加をお願いいたします。

開始予定日 年 月 日

実施にあたり 希望調査書をご記入の上、 月 日 () までに園へ提出して下さい。

きりとりせん

フッ化物洗口希望調査書

※該当する番号に○をつけて下さい。

フッ化物洗口を

- 1. 希望します
- 2. 希望しません

年 月 日

園児氏名

保護者氏名

(例)

指 示 書

年 月 日

よいこの保育園 様
フッ化物洗口液として

水 200 ml に ミラノール (1包 1.0 g) 1 包 溶かして使用。

週 5 回法 で行うこと。

園児 1 人につき 5～7 ml のフッ化物洗口液を用いて **30秒～1分間**洗口させること。

フッ化物洗口後 **30分間**はうがいや飲食はさけること。

3 か月分として **10 包**

園歯科医師 さきゅう歯科クリニック

住所 鳥取砂丘 1-2

氏名 鳥取 砂男

鳥印

薬 局 記 入 欄

販売年月日 年 月 日

薬局住所 鳥取市〇〇〇〇

薬局名 〇〇〇〇〇

指 示 書

年 月 日

様

フッ化物洗口液として

水 _____ ml に _____ (1包 _____ g) _____ 包 溶かして使用。

週 _____ 回法 で行うこと。

園児1人につき 5～7mlのフッ化物洗口液を用いて 30秒～1分間洗口させること。

フッ化物洗口後30分間はうがいや飲食はさけること。

か月分として _____ 包

園歯科医師

住所

氏名

印

薬 局 記 入 欄

販売年月日 _____ 年 _____ 月 _____ 日

薬局住所

薬 局 名

