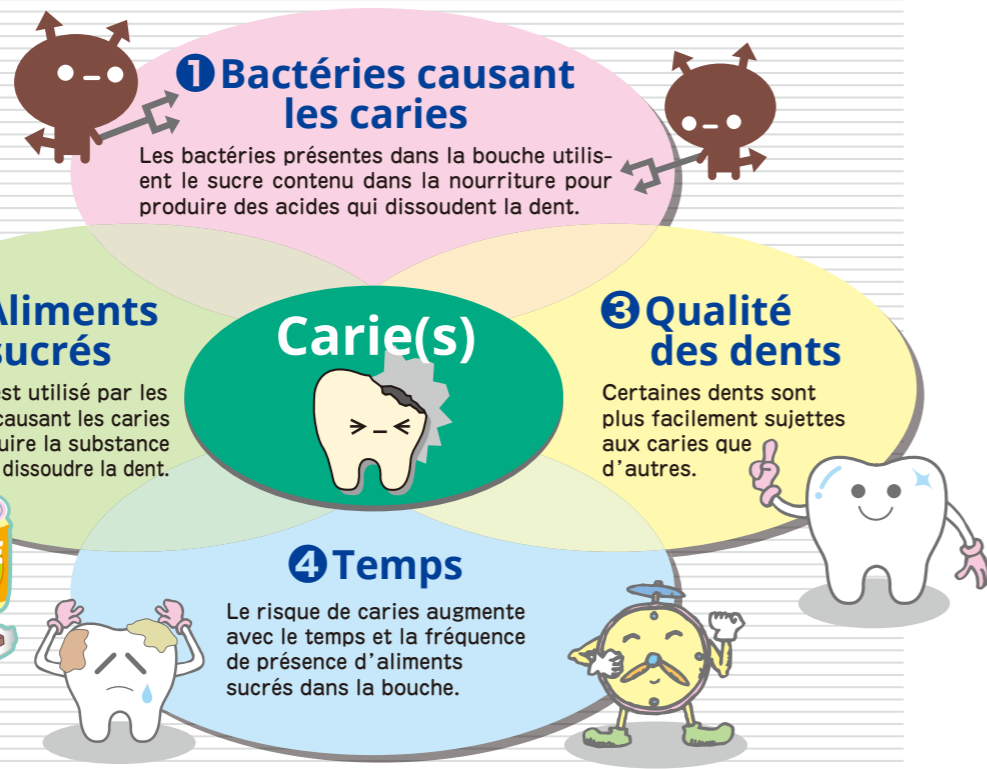


La combinaison de 4 conditions serait à l'origine de la carie dentaire : 1) Bactéries causant les caries 2) Aliments sucrés 3) Qualité des dents 4) Temps



Points Clés pour la Prévention des Caries

- 1 Utilisation de fluor
- 2 Pas plus de 2 collations par jour. (plus que ça augmente le risque de caries.)
- 3 Un adulte devrait brosser les dents de l'enfant 1 fois par jour. (nous recommandons de le faire le soir !)
- 4 Visites régulières chez votre dentiste



Au Japon, le nombre d'enfants ayant des caries est en baisse. Cependant, il reste encore des enfants qui n'arrivent pas à mâcher, car ils n'ont pas accès à des soins dentaires, ou ont plus de 10 dents cariées. Un bain de bouche fluoré permet de réduire ces cas, et aussi de renforcer les dents des enfants tout au long de leurs vies. Afin de soutenir la santé bucco-dentaire des plus jeunes, la ville de Shizuoka continuera de promouvoir l'utilisation généralisée du fluor.

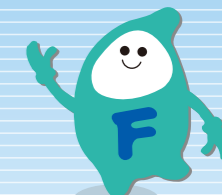
Contact

Centre de Soutien à la Santé Bucco-dentaire (Koku Kenko Shien Senta)
☎054-249-3175 FAX054-209-1063

Fぶくぶく

フッ化物 de りんご むし歯予防

Gargarismes Fluoré contre les Caries



Nous avons comparé nombres de caries des premières molaires des enfants de 6e année d'école primaire. Nous avons constaté que les enfants ayant utilisé un bain de bouche fluoré entre les âges de 4 et 5 ans (période de 2 ans) avaient moins de caries que ceux n'en ayant pas utilisé.

Avec bain de bouche fluoré

Caries **14.7%**

Sans bain de bouche fluoré

Caries **26.5%**

(En 6e année d'école primaire)

* Les premières molaires sont des dents permanentes qui apparaissent vers l'âge de 6 ans. Grandes et fortes dents de mastication, elles sont principalement utilisées pour mâcher les aliments. Considérées comme les Reines des Dents, elles sont cependant très sujettes aux caries.

(Enquête effectuée à S-cho, ville de Shizuoka)

Utilisation du bain de bouche



Une pression suffit (7ml) pour se gargariser.

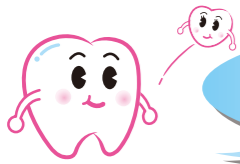


Rinçage de bouche et gargarismes pendant 1 minute.



Cracher une fois terminé. Ne pas boire ou manger pendant les 30 minutes suivant le bain de bouche.

* bain de bouche et gargarismes à faire 1 fois par jour, 5 jours sur 7



Différentes Utilisations du Fluor et Résultats

Bain de bouche fluoré
Effet contre les caries

55%

Dentifrice fluoré
Effet contre les caries

25%

Revêtement dentaire fluoré appliqué chez un dentiste
Effet contre les caries

30%

La concentration de fluor dans le bain de bouche est ajustée afin de ne poser aucun risque à la santé.

Comparaison des taux de fluor

Taux de Fluor

Eau du robinet (1 l)	0.1 mgF
Un verre de thé (200ml)	0.1 mgF



Taux de Fluor Restant dans la Bouche

Revêtement dentaire fluoré	1.1 ~ 3.1 mgF
Bain de bouche fluoré (1 dose sur les 5 par semaine)	0.2 mgF
Dentifrice fluoré, etc.	0.1 ~ 0.2 mgF

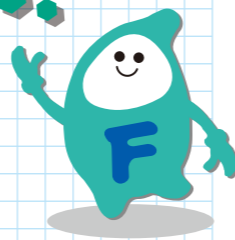


La quantité de fluor restant dans la bouche après un bain de bouche fluoré est équivalent à 2 verres de thé (**0.2mgF**).

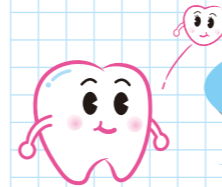
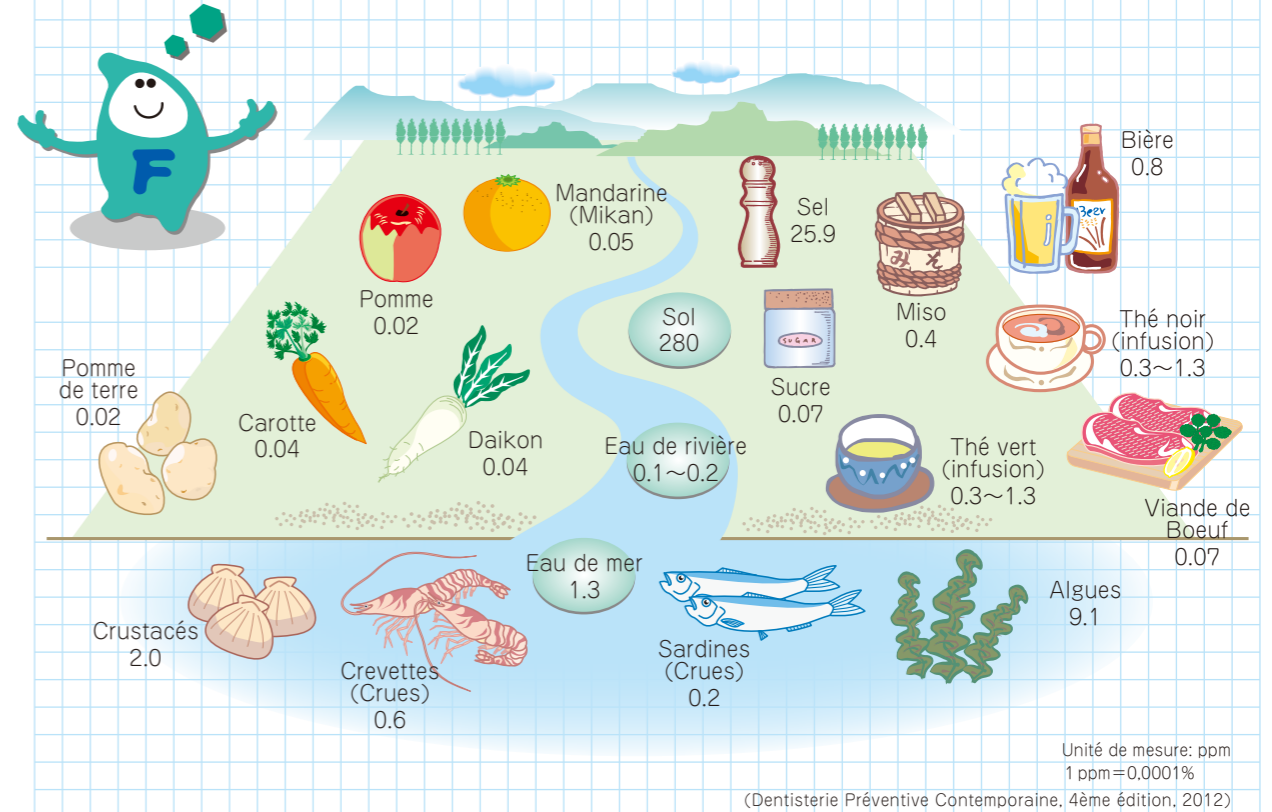
Avaler une dose est sans danger.

La quantité de fluor dans une dose est de 1,75mgF. Avaler accidentellement une dose ne cause aucun effet néfaste. Si vous ingérer plus de 23 doses (40ml de fluor) d'un coup, il est possible de ressentir de la nausée ou autres symptômes d'empoisonnement. Il n'y a cependant aucun risque que cela se produise, car le stockage des bains de bouche fluorés dans chaque kodoen sera soigneusement contrôlé.

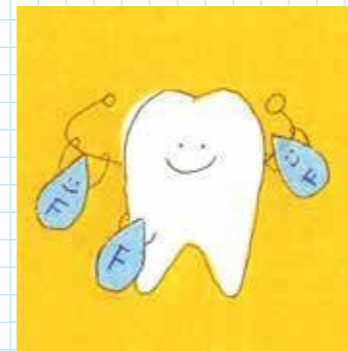
(* Pour une concentration de fluor de 250ppm et un poids corporel de 20kg)



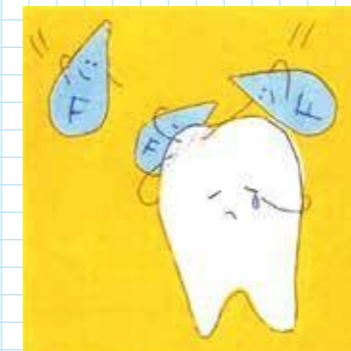
Le fluor est une substance d'origine naturelle se trouvant dans le sol, l'eau, la nourriture, et nos corps.



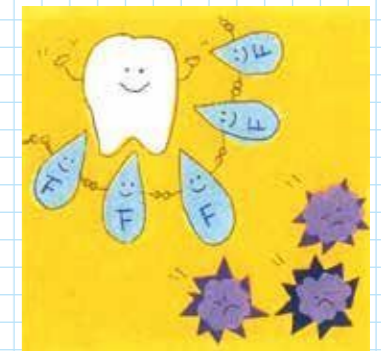
Efficacité du Fluor dans la Prévention des Caries



Renforce et durcis les dents



Répare la surface des dents. (aide à recalcifier l'émail)



Protège les dents des bactéries qui causent les caries.