岩倉市日本語･ポルトガル語適応指導教室

フッ化物洗口ってなぁに？
O que é aplicação bucal com flúor..?

岩倉市では、岩倉市健康づくり計画「けんこう岩倉２１」に基づき小学校１・２・３年生の児童を対象に希望制でフッ化物洗口を実施します。

Na cidade de Iwakura, as crianças da 1ª , 2ª , 3ª série receberão a aplicação bucal com flúor elaborada pelo [Kenkou Iwakura 21].

目的は？　Propósito

むし歯は下の図のような条件がそろった時にできます。

A cárie se forma quando as condições do dente está como mostra a figura abaixo.

４つの要因のうち１つでも条件がそろわなければむし歯にならないわけです。

Não se forma uma cárie enquanto não somar os quatro fatores.

糖分の多いものを食べても時間という要因に気をつけ、短時間のうちに糖分を取り去ってしまえばむし歯にはなりません。

Pode até mesmo se comer o que tem muito açúcar, desde que se tome cuidado sobre o fator de tempo. Escovando os dentes logo após ter comido, os dentes não se cariarão se o açúcar for removido dentro de pouco tempo.

ただ、むし歯の予防にあたっては、一つの要因だけでなく、４つの要因について対処した方がよいことは間違いありません。

Porém, para prevenção da cárie é melhor tomar cuidado com os quatro fatores.

４つの要因のひとつ、「歯質」を強くする目的でフッ化物洗口を行います。

Aplicação bucal com o Flúor é executado para fortalecer um dos quatro fatores.

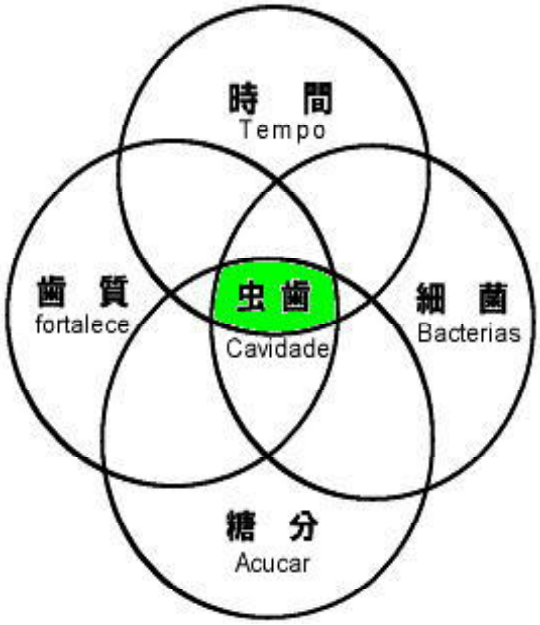
しかし**「フッ化物口をしているからむし歯にならない」**ということではありません。

Porém, não é por que está se aplicando o flúor que não formarão cáries.

あくまでもフッ化物洗口は、**「ブラッシングを補うためのもの」**と考えていただきたいです。

Mesmo com aplicação bucal com flúor , necessita-se escovar os dentes todos os dias.

1） 歯質を強くする
Aplicação do flúor fortalece.
２）病原菌を減らす
Reduz os germes da doença.
ブラッシング
Escovar os dentes
唾液分泌量の増加（よく噛む）
Aumenta a quantia de secreção da saliva (morde-se melhor)
３）糖分を控える
Reduzir o açúcar.
４）時間　Tempo
間食を減らす。
Reduzir o lanche das entre-refeições.
食後早めに歯を磨く。
Escovar os dentes depois das refeições.
（就寝前は特に重要）
É importante escovar os dentes, especialmente, antes de dormir.



方法は？　Método

４５０ｐｐｍ，５ｃｃの洗口液を口にふくみ、１分間のぶくぶくうがいをします。
(450 ppm e cinco cc) gargarejar dentro da boca durante 1 minuto.

安全性は？　Segurança

１回量を誤って飲んでしまっても大丈夫だといわれています。
É dito que mesmo se beber uma certa quantidade acidentalmente, não há problemas.
☆急性症状・・・吐き気・嘔吐・腹痛など
（洗口液をバケツ１杯以上飲まないと出ないといわれています。）
☆ Condição aguda ･･･ Náusea, vômito, dor de barriga, etc.
(É dito que somente se encontrará nessas condições se beber um balde cheio deste líquido).

☆慢性症状・・・「歯のフッ素症（斑状歯）」「骨のフッ素症」
（高い濃度のフッ素をとり続けた場合。フッ化物洗口のような低濃度では問題ないといわれています。）
☆ Condições crônicas ･･･ Fluoreto dental". (dentes mosqueados)"　"Fluoreto ósseo."
(Quando a concentração de flúor é elevada. O que se aplicará na escola será flúor de baixa concentração).