



③フッ化物洗口法

- フッ化物の入った溶液でぶくぶくうがいを行う方法
- 4歳から老人まで効果がある。特に14歳まで継続して行うと効果的でむし歯をほぼ半減できる。
- 家で自分で行う場合と、学校等で集団的に行う場合がある。

