

フッ化物配合歯みがき剤の使用量

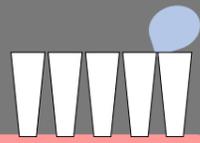
歯が生えてから2歳



- ・フッ化物配合歯みがき剤を使用した歯みがきを、就寝前を含め1日2回行う。
- ・歯みがきの後にティッシュなどで歯みがき剤を軽くふき取ってもよい。

米粒程度

(1～2mm程度)



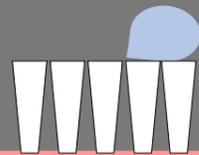
3～5歳



- ・フッ化物配合歯みがき剤を使用した歯みがきを、就寝前を含め1日2回行う。
- ・歯みがきの後は、歯みがき剤を軽くはき出す。うがいをする場合は少量の水で1回のみとする。

グリーンピース程度

(5mm程度)



6歳～成人

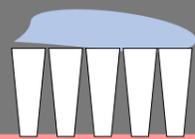
(高齢者を含む)



- ・フッ化物配合歯みがき剤を使用した歯みがきを、就寝前を含め1日2回行う。
- ・歯みがきの後は、歯みがき剤を軽くはき出す。うがいをする場合は少量の水で1回のみとする。

歯ブラシ全体

(1.5cm～2cm程度)



★不明点は歯科医師・歯科衛生士におたずねください★