

ご存知ですか？ **フッ素入り**

むし歯予防に

歯磨き剤

効果的な
使い方

1 量を守る

一度水だけで磨いてから、仕上げにフッ素入り歯磨き剤をつけて磨くこと（Wブラッシング）をおすすめします。

フッ素の効果を期待するには、
植毛部の約半分を使用します。
（目安はグリーンピース大）



2 ゆすぎは少しだけ

ゆすぎすぎるとフッ素が流れてしまいます。
3～4秒ずつ2～3回で十分です。

3 使用後の飲食は控える

※購入の際には、
フッ素入りの表示

フッ化ナトリウム（NaF） フッ化スズ（SnF₂）
モノフルオロリン酸ナトリウム（MFP）

を確認！