

う蝕予防のためのフッ化物応用のさらなる推奨について

令和 7 年 9 月 10 日
一般社団法人日本口腔衛生学会

う蝕（むし歯）予防のフッ化物応用である水道水フロリデーションについて、近年のアメリカで議論が生じています。しかしこれは、う蝕予防で利用するよりも多い量のフッ化物を摂取した場合の懸念を反映したものです。アメリカで広く実施されている、水道水のフッ化物濃度を、緑茶と同程度の濃度に調整する方法である水道水フロリデーションの安全性には問題がないと考えられています。そのため現在でも一層の普及が望まれています(1)。

また今回の懸念のもとになった論文には、複数の問題があることが指摘されています(2)。そして今後アメリカで水道水フロリデーションの中断が広がると、う蝕が増え、さらにそれに関する経済的な負担も大きく増加することも懸念されています(3)。

フッ化物は、海外では必須栄養素に指定されている場合もあり、日本でも私たちは日常的に飲食物を通じて微量に摂取をしています。日本の水道水にも天然で微量のフッ化物が含まれており、その濃度が水道法の基準内でやや高い地域では（水道水フロリデーションほどの濃度ではありませんが）、う蝕がやや少ないことも報告されており、日本で水道水フロリデーションが実施されればより多くの人々にう蝕予防効果が発揮されることが期待されています(4)。日本で実施されているフッ化物局所応用（フッ化物配合歯磨剤、フッ化物洗口、フッ化物歯面塗布）から摂取するフッ化物の量も微量であり、安全性に問題はありません。

減ったといわれるう蝕ですが、もともと非常に多い病気であり、日本においても 3 人から 4 人に 1 人が、治療が必要なう蝕を有しています。日本口腔衛生学会では引き続き、水道水フロリデーション、フッ化物洗口、フッ化物歯面塗布、フッ化物配合歯磨剤といったフッ化物応用を推奨してまいります。

<文献>

1. Samaranayake L, Porntaveetus T, Tsoi J, Tuygunov N. Facts and Fallacies of the Fluoride Controversy: A Contemporary Perspective. Int Dent J. 2025;75(4):100833.
2. Levy SM. Caution Needed in Interpreting the Evidence Base on Fluoride and IQ. JAMA pediatrics. 2025;179(3):231-4.
3. Choi SE, Simon L. Projected Outcomes of Removing Fluoride From US Public Water Systems. JAMA Health Forum. 2025;6(5):e251166.
4. Matsuyama Y, Fujiwara T, Aida J. Tap water natural fluoride and parent-reported experience of child dental caries in Japan: Evidence from a nationwide birth cohort survey. Community Dent Oral Epidemiol. 2023;51(6):1141-9.