

ΤΟ ΦΘΟΡΙΟ ΚΑΙ ΟΙ ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΟΥ ΣΤΗΝ ΑΝΘΡΩΠΙΝΗ ΥΓΕΙΑ

Το Φθόριο είναι ένα στοιχείο ασφαλές και αποτελεσματικό για την ανθρώπινη υγεία. Αυτό έγινε ξεκάθαρο μετά από μια τεράστια ποσότητα από επιστημονικές έρευνες και είναι η άποψη όλων των διεθνών ιδρυμάτων και οργανισμών που ασχολούνται με την δημόσια υγεία (WHO Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας, FDA , FDI Παγκόσμια Οδοντιατρική Ομοσπονδία, κλπ). Εάν το Φθόριο που προσλαμβάνει το άτομο δεν υπερβαίνει το 1ppm Φθορίου (1 μέρος στο εκατομμύριο) θεωρείται σαν το πιο σημαντικό προληπτικό μέτρο για διατήρηση της στοματικής δημόσιας υγείας. Υπάρχουν πάνω από 50 χρόνια έρευνας που σταθερά αποδεικνύουν την ασφάλεια και αποτελεσματικότητα του στην πρόληψη της οδοντικής τερηδόνας. Η χρήση του Φθορίου μείωσε σημαντικά την τερηδόνα και βελτίωσε την ποιότητα ζωής σε εκατομμύρια ανθρώπους που χάρη σε αυτό, έχουν δόντια και μπορούν να απολαμβάνουν το φαγητό τους. Το Φθόριο είναι ένα στοιχείο που εάν ενσωματωθεί στην ανθρώπινη Αδαμαντίνη, την κάνει τρεις φορές πιο ανθεκτική στα οξέα που παράγονται από τα μικρόβια. Αυτά τα οξέα είναι που αφαιρούν τα δόντια και επιτρέπουν στα μικρόβια (την αιτία της Οδοντικής τερηδόνας) να διαλύσουν όποιο δόντι προσβάλλουν, σε διάστημα από μερικούς μήνες μέχρι λίγα χρόνια. Με την ενσωμάτωση του Φθορίου στις οδοντόπαστες, στα στοματοπλύματα ακόμη και σε τσίχλες, βρέθηκε ότι μειώθηκε τρομερά η τερηδόνα. Σε προηγμένες οδοντιατρικά χώρες, το Φθόριο έχει ενσωματωθεί και στο πόσιμο νερό, ενέργεια που επιτρέπει σε όλο τον πληθυσμό να επωφελείται από τα πλεονεκτήματά του, χωρίς να ανησυχεί. Επίσης σε κάποιες χώρες προτιμήθηκε η Φθορίωση του αλατιού ή του γάλατος.

Στην Κύπρο που το Φθόριο δυστυχώς δεν διατίθεται με κανένα από τους παραπάνω τρόπους, είναι ευθύνη των γονιών από μικρή ηλικία να δίνουν στα παιδιά τους με συμβουλή του οδοντίατρου τους, τα κατάλληλα συμπληρώματα φθορίου, ούτως ώστε τα παιδιά τους να αποκτήσουν γερά δόντια, χωρίς τερηδόνα. Μέχρι την ηλικία των οκτώ ετών συστήνεται να δίνουμε συμπληρώματα φθορίου σε χαπάκια, για να ενσωματωθεί το φθόριο και εσωτερικά σε όλη την δομή των δοντιών, που αυτή την περίοδο δημιουργούνται. Μετά την ηλικία αυτή, προτιμούμε τα φθοριούχα στοματοπλύματα (0,05% Φθόριο) για τοπική εφαρμογή. Κάθε εξάμηνο έλεγχος από τον Οδοντίατρο για τοπική εφαρμογή Φθοριούχων, σε όσα παιδιά αυτό κρίνεται αναγκαίο. Επίσης είναι σημαντικό, να γίνεται προληπτική εφαρμογή ειδικών πλαστικών υγρών (sealants) στα δόντια που μόλις έχουν ανατείλει, τα οποία εμποδίζουν τα μικρόβια να διαπεράσουν τα δόντια.

Επειδή πρόσφατα δημοσιεύτηκαν κάποια "ψευδοεπιστημονικά" άρθρα για το Φθόριο και επειδή τώρα πια είμαστε επαρχία της Ευρώπης, (ότι και εάν σημαίνει αυτό) σας παραθέτω τα συμπεράσματα της **Ευρωπαϊκής Συμβουλευτικής Επιτροπής** για το θέμα :"

1. Είναι γνώμη της Επιτροπής ότι η χρήση του Φθορίου είναι ασφαλής (όταν χρησιμοποιείται όπως συστήνεται) και δεν υπάρχουν μελέτες για τερατογενετική δράση, εκτός από την επίδραση στα δόντια.
2. Επιτρέπεται και σε παιδιά **κάτω των έξι ετών** να χρησιμοποιούν οδοντόπαστες με το μέγιστο επιτρεπόμενο όριο σε οδοντόπαστες (1500ppm , μέρη στο εκατομμύριο),
3. Συστήνεται μέχρι αυτή την ηλικία τα παιδιά, να χρησιμοποιούν οδοντόπαστες με την επίβλεψη ενήλικα, και αυτό για να μην καταπίνει το παιδί την οδοντόπαστα
4. Να μην υπερβαίνει η ποσότητα της οδοντόπαστας που θα τοποθετηθεί στην οδοντόβουρτσα το μέγεθος ρεβυθιού,
5. Να ξεπλένουν καλά το στόμα με νερό (τα παιδιά) μετά την χρήση φθοριούχας οδοντόπαστας."

Νίκος Παπαδόπουλος
Χειρουργός Οδοντίατρος
Λευκωσία 99606565