

واقعیت‌هایی در باره فلوریداسیون آب Water fluoridation facts

فلوراید چیست؟

خصوصی یا خانگی دارید، باید یک آنالیز شیمیایی جامع که شامل آزمایش فلوراید باشد انجام دهید.

مزایای فلوریداسیون آب چیست؟

تأمین‌کنندگان آب بیش از 70 سال است که سطوح فلوراید را در آب آشامیدنی کانادا تنظیم می‌کنند. پژوهش‌های گسترده انجام شده در چندین دهه‌ی گذشته نشان می‌دهد که افزودن فلوراید به آب روشی سالم، موثر و کم هزینه برای بهبود بهداشت دندان تمام افراد می‌باشد.

بررسی‌های انجام شده نشان می‌دهند که پوشیدگی دندان در کودکانی که آب حاوی فلوراید می‌نوشند، تا 25 تا 30 درصد کمتر از کودکانی است که آب بدون فلوراید می‌نوشند. کودکان با مصرف آب حاوی فلوراید دندان‌هایی قوی‌تر پرورش می‌دهند. این کودکان به هنگام بزرگسالی کمتر دچار پوشیدگی یا افتادگی دندان خواهند شد. از بزرگسالانی که از آب حاوی فلوراید استفاده می‌کنند نیز انتظار می‌رود که پوشیدگی دندان‌های کمتر یا سایر مشکلات مربوط به سلامت دهان داشته باشند.

آیا فلوریداسیون بی خطر است؟

بله. فلوراید به عنوان یک راهکار بهداشت همگانی کاملاً مورد بررسی قرار گرفته است. این ماده در مقادیر پایین بی خطر محسوب می‌شود.

از دهه 1940 بدین سو، دانشمندان در حال مطالعه استفاده از فلوراید برای سلامت دهان و دندان بوده‌اند.

کارشناسان برجسته بررسی‌های گسترده‌ای را در مورد فلوریداسیون آب انجام داده‌اند. آن‌ها هیچ ارتباطی بین فلوریداسیون و سرطان پیدا نکردند. هیچ شواهد معتبر و محکمی وجود ندارد که نشان دهد قرار گرفتن در معرض میزان فلوراید کمتر از حداکثر غلظت مجاز (MAC) باعث عوارض نامساعد بر سلامتی، مسائل مربوط به تولید مثل یا رشد می‌شود. با این حال، همانند هر عنصر طبیعی دیگری، غلظت بالای فلوراید نیز می‌تواند برای سلامتی شما زیانبار باشد.

فلوراید برای پیشگیری از پوشیدگی و بهبود بهداشت دندان توصیه می‌شود. نهادهای زیر فلوریداسیون آب را به عنوان یک راهکار ارزشمند و سودبخش برای بهداشت همگانی توصیه نموده‌اند:

- سازمان بهداشت کانادا

فلوراید ماده‌ای معدنی است که به طور طبیعی در آب، هوا، غذا و خاک یافت می‌شود. وجود فلوراید با غلظت پایین در آب آشامیدنی از پوشیدگی دندان پیشگیری می‌کند و بهداشت دهانی را بهبود می‌بخشد.

فلوراید طی فرایندی که فلوریداسیون آب نامیده می‌شود به آب آشامیدنی افزوده می‌شود. سطح فلوراید طبیعی موجود در منبع آب با افزودن فلوراید مکمل به میزانی رسانده می‌شود که بتواند به محافظت دندان در برابر پوشیدگی یا کرم خوردگی کمک کند.

در کانادا، به شهرهایی که مایلند فلوراید به منبع آبشان بیافزایند توصیه می‌شود که 0.7 میلی‌گرم/لیتر از این عنصر به آب آشامیدنی‌شان بیافزایند. کاربرد تجهیزات قابل اتکا و نظارت دقیق به حفظ این میزان فلوراید در آب کمک می‌کنند. طبق رهنمودهای کانادا، حداکثر غلظت مجاز (Maximum Acceptable Concentration: MAC) فلوراید در آب آشامیدنی 1.5 میلی‌گرم/لیتر است. میزان فلوراید موجود در آب آشامیدنی، خواه به صورت طبیعی یا افزوده شده در روند تصفیه آب، نباید از این میزان فراتر رود.

کمتر از 4 درصد از جمعیت بریتیش کلمبیا به آب فلوراید دار از طریق منبع آب محلشان دسترسی دارند.

فلوراید چگونه از پوشیدگی دندان جلوگیری میکند؟

فلوراید دندان‌ها را از آغاز در آمدن و در طول زمان رشد محافظت می‌کند. فلوراید در مینا یا سطح دندان‌ها جذب می‌شود و آنها را در برابر باکتری و پوشیدگی مقاوم می‌سازد. فلوراید همچنین به مرمت مراحل نخستین پوشیدگی دندان نیز کمک می‌کند.

فلوریداسیون را در کجا می‌توان انجام داد؟

فلوریداسیون را می‌توان در منابع آب همگانی، خصوصی و اجتماعی یا چاه‌ها انجام داد.

به تأمین‌کنندگان آبی که به‌طور منظم فلوریداسیون انجام می‌دهند، توصیه می‌شود سطوح فلوراید موجود در آب را پایش کنند. این کار به منظور حفظ غلظت‌های ایمن انجام می‌شود. کلیه تأمین‌کنندگان آب موظفند تمام نتایج آزمایش‌ها را در دسترس مصرف‌کنندگان و عموم مردم قرار دهند. اگر چاه

- انجمن دندانپزشکان کانادا

- انجمن پزشکی کانادا

- انجمن پزشکان متخصص کودکان کانادا

- انجمن بهداشت همگانی کانادا

- سازمان بهداشت جهانی

حذف آن نیازمند رأی بیش از 50 درصد افراد هر جامعه است. برخی از جوامع فلوریداسیون آب را متوقف کرده‌اند. اما مهم است توجه شود که دهه‌ها پژوهش نشان داده است که فلوریداسیون آب امن است. در جوامعی که فلوریداسیون آب خود را متوقف نموده‌اند، موارد پوسیدگی دندان در مقایسه با جوامعی که به فلوریداسیون ادامه می‌دهند افزایش یافته است.

برای آگاهی بیشتر

برای آگاهی بیشتر درباره فلوریداسیون آب، لطفاً با دندانپزشک یا بهداشتکار دندان، برنامه بهداشت دندان در واحد بهداشت همگانی محل، یا با انجمن دندانپزشکان بریتیش کلمبیا از طریق وبسایت <https://bcdental.org> تماس بگیرید.

آیا فلوراید باید به منابع آبی افزوده شود؟

فلوریداسیون آب نقشی کلیدی را در بهداشت دندان بازی می‌کند. این کار به محافظت از تمام اعضای جامعه در برابر پوسیدگی دندان، بدون توجه به سن، تحصیلات و وضعیت اجتماعی-اقتصادی کمک می‌کند. افزودن فلوراید به آب یا