

Czy fluor jest dla nas bezpieczny???

19 stycznia 2015

Większość z nas wierzy, że fluor zapobiega próchnicy. Jest częstym składnikiem past do zębów i płynów do płukania. Również niektóre kraje, w tym duża część Wielkiej Brytanii, dodaje fluor do wody.

Jednak nie wszyscy naukowcy są zachwyceni fluorem. Najnowsze dane wskazują, że nie jest on tak skuteczny w zapobieganiu próchnicy zębów, jak początkowo sądzono. W istocie uważa się, że fluor ma zdolność do powodowania chorób jamy ustnej. Istnieją również dowody, że fluor może zwiększać ryzyko innych problemów zdrowotnych, w tym osłabienie kości i problemy z tarczycą. Więc może dodawanie fluoru do wody pitnej robi więcej szkody niż pożytku?

Fluor jest produktem ubocznym niektórych praktyk produkcyjnych. Fluor jest potencjalnie toksycznym produktem odpadowym. Ochrona oferowana przez fluor jest znacznie mniejsza, niż wcześniej sądzono: tylko jedna na sześć osób czerpie korzyści z fluoryzowanej wody pitnej. W największym stomatologicznym badaniu, jakie kiedykolwiek przeprowadzono w Stanach Zjednoczonych, stwierdzono że fluoryzacja wody chroni mniej niż 1 procent całkowitej powierzchni zębów w ustach dziecka. Badania przeprowadzone w Finlandii, NRD, Kubie i Kanadzie pokazują, że odsetek próchnicy zębów nie zwiększył się po zaprzestaniu fluoryzacji wody.

I podczas gdy korzyści z fluoru wydają się być przereklamowane, wydaje się, że zagrożenia związane z tą substancją są bagatelizowane. Podczas gdy fluoryzacja wody może zapobiec chorobom zębów u około 15 procent populacji, powoduje stomatologiczne problemy u około połowy społeczeństwa. A jeżeli toksyczne skutki widoczne są na

zębach, jakie zniszczenia mogą być spowodowane w innych częściach ciała? Badania twierdzą, że fluor ma zdolność do osłabienia kości i zwiększa ryzyko złamań. Istnieją również dowody, że fluor może gromadzić się w mózgu. Potencjalnie, może to zakłócić szereg procesów zachodzących w organizmie, w tym sen. Fluor przyczynia się także do zmniejszenia funkcji tarczycy (odpowiedzialny za regulowanie szybkości metabolizmu) i badania na zwierzętach wykazują, że fluor może przyspieszyć przedwczesne starzenie.

Irlandia jest krajem najsilniej fluoryzowanym. Około trzech czwartych jej zaopatrzenia w wodę poddaje się działaniu chemikaliów. Kroki mogą zostać podjęte w celu zmniejszenia narażenia na fluor. Osoby mieszkające we fluoryzowanym regionie mogą unikać picia wody z kranu lub filtrować wodę.

Dla tych, którzy chcą uniknąć fluoru w pastach do zębów, istnieje wiele naturalnych alternatyw.

Tłumaczenie: Olga Ka

Źródło oryginalne: dailymail.co.uk

Źródło polskie: [Wolna Polska](http://WolnaPolska.pl)