

●●● フッ素に関する都市伝説 ●●●

世の中には、たくさんの健康情報が氾濫しています。しかし、中には誤った情報もあって、一般市民を不安の迷路にいざなうこともあります。

さる10月14日の旭川市議会において「小学校等におけるフッ化物洗口を推進する決議」が賛成33 対 反対2で採択されました。全国的に見ても画期的な決議です。「フッ化物洗口」は「フッ素の入った「うがい薬、でブクブクうがいをする」ことで、誰もが簡単、安価に行える、効果的なムシ歯予防の方法です。39年前に新潟で始まったこの方法は、現在は全国で6433施設、67万人を対象に行われています。このように、すでに多くの地域で実施されているフッ化物洗口ですが、誤った情報が一人歩きをして、それを真に受けてしまうこともあるようです。自分自身の健康に不利益を与えかねないような誤った情報、題して「迷惑なフッ素の都市伝説」を、フッ素の専門家である旭川歯科医師会が説明します。

☑都市伝説1「フッ素でエイズ・がん・フッ素歯症・低IQ・腎不全・ダウン症その他の健康被害をおこす」 これらを報じた研究論文は過去にありましたが、研究方法やデータ処理の誤りが指摘され、その後の調査で関連性が示されなかったため、現在では否定されています。それにもかかわらず数年周期で蘇ってくるたちの悪い伝説です。

☑都市伝説2「WHOがフッ素うがいを6歳未満に禁止している」 日本は該当しません。WHOのホームページでは「日本の6歳児未満のフッ素うがい」を紹介しています。欧米では飲料水や食塩にフッ素を含む地域が多く、個人的に薬局でフッ化物の錠剤などを購入して利用している事情もあるため、フッ素の摂取が過剰にならないようにという欧米向けの警告がありますが、日本などのフッ素摂取の低い地域は除外されています。

☑都市伝説3「フッ素のうがい薬は劇薬だから危険」 うがい液は薬局で調合された普通薬ですので安全です。フッ素濃度も市販されているハミガキチューブと同じ(900ppm)ですから、まったく心配はありません。

☑都市伝説4「フッ素うがいをしなくてもムシ歯は減る傾向にあるのでしなくて良い」 確かにムシ歯の洪水時代から比べれば減ってきてはいますが、ムシ歯の数は、他の先進国に比べて12歳では約2倍と、依然として高い数値を示しています。簡単、効果的、安価にムシ歯を予防できるフッ化物洗口の意義は大きいと言えます。

☑都市伝説5「フッ素うがいで環境が破壊される」 ワシントン州環境保護法(SEPA)に従って行われた研究調査で、環境汚染の可能性は何ら示されませんでした。

☑都市伝説6「フッ素うがいは歯科診療の代わりとして健康保険で加算される」 まったくそのようなことはありません。フッ素うがいは医療ではなく公衆衛生の領域ですので大きな履き違えです。

☑都市伝説7「学校でフッ素うがいを行うことで学校生活にゆとりがなくなる」 週1回、1回につき5分間程度行うだけなので、新潟での実施校では、学校生活が圧迫されてはいないとのこと。現在、旭川市内の36ヶ所の幼稚園・保育園・保育所で行われていますが、大変好評です。

これ以外の、誤った迷惑な伝説はまだありますが、説明はまたの機会にしたいと思います。フッ素について疑問に思う事がありましたら、ご遠慮なく旭川歯科医師会へお尋ねください。(TEL0166-22-2361、FAX0166-24-1147)。