

Міністерство освіти і науки України
Сумський державний університет
Шосткинський інститут Сумського державного університету
Управління освіти Шосткинської міської ради
Виконавчий комітет Шосткинської міської ради

ОСВІТА, НАУКА ТА ВИРОБНИЦТВО: РОЗВИТОК І ПЕРСПЕКТИВИ

МАТЕРІАЛИ

І Всеукраїнської науково-методичної конференції,

присвяченої

*15-й річниці заснування Шосткинського інституту
Сумського державного університету*

(Шостка, 21 квітня 2016 року)



**Суми
Сумський державний університет**

УДК 546.16:615.242

ФЛУОР В ЗУБНИХ ПАСТАХ: ЗА ТА ПРОТИ

В.В. Лукашов, Л.Є. Булітко

Хіміко-технологічний коледж імені Івана Кожедуба ШІ СумДУ

41100, м. Шостка, вул. Інститутська, 1

bulitkole@gmail.com

"Все є отрута і все є ліки, тільки дозування відрізняє одне від одного" - ці слова приписують Парацельсу. З одного боку, флуор (фтор) необхідний для міцності зубної емалі, а з іншого - це сильна отрута для живих організмів. Тому постає питання, наскільки є небезпечним його потрапляння в організм разом з зубними пастами, які широко рекламуються як засіб профілактики карієсу.

За умов нормального природного рівня елемента №9 в питній воді основним джерелом флуору в організмі має бути їжа та напої. Ще одним джерелом цього елемента є забруднене повітря. Крім того, підвищений вміст флуору має чай в пакетиках, і його любителі ризикують одержувати надлишкові концентрації цього елемента в процесі харчування.

В місцевостях, де недостатньо цього елемента у воді, медики радять застосовувати зубні пасти зі сполуками флуору.

У випадку, коли має місце надмірний вміст флуору у воді, навпаки, постає проблема хронічних захворювань зубів та кісток, викликаних отруєнням флуоридами. Якщо при цьому людина користується зубною пастою з високим рівнем флуорид-іонів (а продаж цих паст ніяк не регламентується і не проводиться роз'яснювальна робота про небезпеку надлишку флуору), вони накопичуються в організмі і призводять до проявів флюорозу. Особливо небезпечна ця ситуація для дітей.

Ознаками флюорозу є поява білих рисок, точок і плям на зубах, іноді плями набувають світло-коричневого відтінку. У важких випадках вражаються кістки скелету.

Проведене опитування серед студентів I-II курсу Хіміко-технологічного коледжу імені Івана Кожедуба показало, що 98% молоді користується зубними пастами з Флуором. Причому переважна більшість користується широко розрекламованими марками, тобто при виборі пасти ключовим моментом є вплив реклами, а не свідомий вибір засобу за показниками здоров'я.

За інформацією викладача екології коледжу природний рівень цього елемента в нашій місцевості знаходиться в межах норми, тобто дефіцит флуору жителям шосткинщини не загрожує.

Щоб захистити себе від небезпеки надмірного споживання флуору, необхідно вивчити в органах СЕС рівень флуору в своїй місцевості, знати перші ознаки флюорозу і прийняти свідоме рішення при виборі зубної пасти.

Більшість паст містять флуор, і він знаходиться у вигляді наступних сполук: sodium monofluorophosphate; sodium fluoride; aminofluoride; aluminium fluoride; stannum fluoride.

Зубні пасти "без флуору" важче знайти. З відомих марок це PARADONTAX, деякі найменування російських марок SPLAT та R.O.C.S. Серед незначної кількості українських виробників зубні пасти "без флуору" випускає харківська компанія ЕКОЛЮКС.

В місцевостях з підвищеним рівнем флуору, крім використання зубних паст без флуору, для профілактики флюорозу можна вжити наступних заходів: застосовувати фільтри для води, уникати великої кількості морської риби, тваринного масла та шпинату, споживати достатньо вітамінів С, D та Кальцію.