

Помагат или вредят флуорните минерални води на детските зъби?

Флуорът не е жизнено важен елемент за човешкия организъм. Приеман в малки количества по време на изграждането на зъбите той осигурява образуване на емайл с по-големи, по-правилно изградени кристали, които са много устойчиви на киселините, образувани в зъбната плака около зъба – основна причина за развитие на зъбен кариес. Ето защо приемането на оптимални дози флуор по време на зъбното изграждане е един от най-сигурните методи за осигуряване здравето на зъбите.

Ако обаче се прима флуор в концентрации по-големи от оптималните профилактични дози за възрастта, проявява се токсичният ефект на флуора, който довежда до развитие на заболяването флуороза, засягащо зъби и кости. Зъбите са с некачествен емайл, който се уврежда в степен, зависеща от приеманото количество.

Флуорната профилактика може да се провежда с минерални води, съдържащи флуор. Това е добра форма за изграждане на устойчиви зъби, тъй като в минералните води, съдържащи флуор обикновено има и други минерали, които подсилват и подобряват ефекта на флуора. За да се постигне нужното профилактично действие обаче, трябва да се изчисли количеството вода, която трябва да се приема съобразно възрастта на детето, количеството на флуор в минералната вода и количеството флуор, което се получава от допълнителните източници. Допълнителни източници на флуор са зъбните паста с флуор, разтвори за плакнене, евентуално приемани таблетки или капки с флуор, консумация на флуоризирана сол, флуоризирано мляко и други. Ако не се съобразим с всички тези източници, много вероятно е да се развие флуороза и вместо профилактичен ефект да се получи увреждане на зъбите.

Особено рискова е ситуацията, когато като трапезна вода се използва минерална вода, която съдържа високо съдържание на флуор. Оптималното профилактично количество флуор е 1 милиграм на литър вода. Над 1.5 милиграма на литър вода флуорът вече проявява токсичното си действие. У нас в търговската мрежа се продават флуорни минерални води със съдържание от 4 и повече милиграма на литър, което сигурно

предизвиква развитие на флуороза, ако такава вода се приема ежедневно от децата вместо чешмяната. Това е една от сериозните причини за зачестилата флуороза в последните години при децата. Макар и на етикетите на такава минерална вода да е обозначено съдържанието на флуор в нея, много семейства или не прочитат това, или не познават вредата от нея. Често такива води са предпочитаният избор на много хора и тяхната консумация се извършва без консултация с лекар по дентална медицина.

Консумацията на флуорни минерални води трябва да става след предписание от лекар по дентална медицина, който трябва да оцени целия явен и скрит прием на флуор и да определи дозата, необходима за възрастта. Всяко друго поведение е свързано с висок риск за развитие на флуороза, която изисква трудно и продължително лечение. То не винаги е успешно, ако заболяването е с по-тежка степен. Зъбите с флуороза създават сериозен естетичен и здравен проблем. Напоследък леките и средни степени могат добре да бъдат повлиявани, но тежките степени причиняват силни и необратими увреждания в зъбите.

Всеки родител трябва да знае, че оптималните профилактични дози флуор са най-добрият метод за създаване на здрави зъби на децата им, а флуорните минерални води са добро средство за тази цел. В същото време при липса на прецизно дозиране и с флуора, както с повечето лечебни средства се реализира обратен ефект от предозиране.