Здоровые зубы – основа здоровья человека. Большую роль в формировании костей и зубов играет фтор. Он является, по – существу, основным строительным элементом для эмали зубов. *Недостаток фтора в организме приводит к кариесу зубов, а его избыток – к не менее тяжелому заболеванию –* ***флюорозу.*** Для Беларуси наиболее характерным является недостаток фтора, и значительное количество населения страдает кариесом зубов. Тем не менее до 5% населения (главным образом приезжающие на постоянное место жительства из других стран) подвержено заболеванию флюорозом.

Что же такое флюороз?

Флюороз – *заболевание, которое развивается в результате длительного избыточного поступления в организм фтора и его соединений.*

Различают два основных типа флюороза***:*** **эндемический и профессиональный.**

Эндемический флюороз *(т.е. характерный для какого - либо географического региона) – обусловлен интоксикацией фтором, возникающей в результате потребления питьевой воды с повышенным содержанием фтора. Одним из наиболее ранних признаков такого флюороза является поражение зубов.*

Профессиональный флюороз – *заболевание, возникающее у работников предприятий, на которых превышено содержание фтористых соединений в воздухе, например в алюминиевой или стекольной промышленности.*

В обиходе можно иногда встретить и такие названия, как:

- **Соседский флюороз -** *возникает у людей, проживающих длительное время вблизи предприятий, производящих фтор.*
- **Ятрогенный флюороз –** *возникает при нерациональном применении фторсодержащих зубных паст.*

На основании клинических наблюдений установлено, что **оптимальным содержанием фтора в питьевой воде является 1– 1,5 мг/л** (в тропическом поясе этот уровень должен быть ниже – до 0,6-0,8 мг/л, что обусловлено усиленным потреблением жидкости в условиях жаркой погоды). *Чем больше фтора в питьевой воде, тем чаще встречается флюороз и реже - кариес.*

Причины возникновения и симптомы проявления флюороза

Точный механизм возникновения флюороза еще до конца не изучен. Более обоснованно следует считать представление о гематогенном (через кровь) токсическом действии фтора на энамелобласти (клетки - строители эмали) в период развития зубов, приводящем к неправильному формированию эмали.

- **Флюорозом** *поражаются в основном постоянные зубы детей, с рождения проживающих в эндемическом очаге (при незначительном превышении содержания фтора в питьевой воде поражаются только резцы, при большом - все зубы).*

- **Очень редко** *поражаются молочные зубы. Это связано с тем, что минерализация молочных зубов заканчивается еще в утробе матери, что обусловливает задержку большого количества фтора плацентарным барьером. Конечно, если содержание фтора в воде чрезвычайно высокое, то и молочные зубы подвергаются поражению.*
- **Эмаль зубов** *в пораженных участках теряет блеск и прозрачность, становится тусклой и приобретает как бы неживой белесоватый тон, что объясняется особенностями светопреломления эмали, структура которой нарушена вследствие хронической фтористой интоксикации.*
- **При легких формах** *флюороза одиночные мелкие пятна выявляются на ограниченных участках губной поверхности коронок зубов. Такие изменения нередко возникают при невысоких концентрациях фтора в воде.*

- **При концентрации фтора 1,5 мг/л** *могут наблюдаться пятна светло-желтого цвета. Если содержание фтора составляет 1,5 - 2 мг/л, то поражения могут иметь вид волнистости или множественных точечных эрозий (крапинки).*
- **Установлено,** *что поражение зубов при флюорозе – не единственный признак этого заболевания. При значительных концентрациях фтор способен поражать и костный скелет человека.*

Лечение флюороза

Хотя этиология флюороза известна, его лечение на сегодняшний день невозможно, так как обычно болезнь развивается в период образования зубов до их прорезывания. **Возможно лишь симптоматическое лечение.**

Выбор метода лечения при флюорозе зависит от стадии патологического процесса.

При легкой и умеренной формах флюороза *используют отбеливание; неяркие пятна снимают за счет микроабразии эмали, в процессе которой поврежденная эмаль послойно снимается с зуба с помощью специальной зубной пасты.*

При тяжелых формах *восстанавливают цвет и форму коронок зубов с помощью композитных пломбировочных материалов или ортопедических конструкций.*

Меры профилактики и защиты

Профилактика флюороза должна проводиться повсеместно, где содержание фтора в питьевой воде повышено. *Профилактические меры можно подразделить на* **коллективные и индивидуальные**. *К коллективным относятся:*

- **Замена источников питьевого водоснабжения**, *содержащих высокие концентрации фтора, или проведение на водопроводных сооружениях дефторирования воды.*
- **Максимальное устранение** *контакта работающих с соединениями фтора, что обеспечивается механизацией и автоматизацией производства, герметизацией аппаратуры, эффективной вентиляцией, использованием средств индивидуальной защиты.*
- **Отстаивание воды**, *ее вымораживание или удаление избытка фтора с помощью костного фильтра при децентрализованном водоснабжении.*
- **Важное значение** *имеют предварительные и периодические медосмотры.*

Индивидуальные методы профилактики:

- **естественное** *грудное вскармливание;*
- **отказ** *от раннего введения прикорма;*
- **дополнительное** *введение в пищу витаминов С и Д, глюконата кальция;*
- **исключение или ограничение** *продуктов, содержащих большое количество фтора: в морской рыбе,(осетрина, сардины, дальневосточная навага, сельдь, килька), в мясных продуктах (баранина, печень, говяжий и свиной жир, костный мозг), а также в желтке куриных яиц и некоторых растениях (рожь, пшеница, капуста, свекла, чай и др.).*
- **соблюдение** *правил личной гигиены, постоянный уход за полостью рта и зубами;*
- **вывоз детей** на *каникулы из эндемического района.*

Знание положительного и отрицательного воздействия фтора на человека, своевременное принятие мер по недопущению попадания его организм в избыточном количестве, сохранит ваши зубы здоровыми и красивыми на долгие годы..

Автор:	Арестович М.А., главный врач 10-й ГСП
Редактор:	Арский Ю.М.
Компьютерная верстка и оформление:	Дедух О.В.
Ответственный за выпуск:	Кавриго С.В.

УЗ «10-я городская стоматологическая поликлиника»
Городской Центр здоровья

ФЛЮОРОЗ

Минск