

Τα φθοριούχα

Η ευεργετική επίδραση της τοπικής εφαρμογής του φθορίου στην πρόληψη της τερηδόνας είναι επιστημονικά τεκμηριωμένη. Οι μέθοδοι χορήγησης φθορίου περιλαμβάνουν τη φθορίωση του νερού, την τοπική εφαρμογή φθοριούχων, τις φθοριούχες οδοντόκρεμες, τη φθορίωση του άλατος και του γάλακτος.

Από όλες τις μεθόδους χορήγησης του φθορίου η φθοριούχος οδοντόκρεμα θεωρείται περισσότερο αποτελεσματική με τον υψηλότερο βαθμό επιστημονικής τεκμηρίωσης. Το βούρτσισμα των δοντιών δύο φορές την ημέρα με φθοριούχο οδοντόκρεμα συμβάλλει όχι μόνο στην πρόληψη της τερηδόνας αλλά και στη διατήρηση της υγείας των περιοδοντικών ιστών. Η φθοριούχος οδοντόκρεμα κυκλοφορεί στην Ελλάδα όπως και στις άλλες αναπτυγμένες χώρες από τις αρχές της δεκαετίας του 1970. Η κατανάλωσή της αυξήθηκε βαθμιαία με χαμηλούς όμως ρυθμούς. Το 1998 η κατανάλωση ήταν 170ml/κεφαλή/έτος, ενώ το 2005 ήταν 190ml/κεφαλή/έτος. Συγκριτικά με άλλες ευρωπαϊκές χώρες η κατανάλωση της φθοριούχου οδοντόκρεμας στην Ελλάδα, είναι πολύ χαμηλή και κατέχει την τελευταία θέση.

Πηγή: Εθνική Επιτροπή Στοματικής Υγείας - Υποεπιτροπή Προαγωγής και Αγωγής Στοματικής Υγείας, 2007