



# Co to jest fluor i dlaczego jest korzystny dla zębów?

Zapoznaj się z często zadawanymi pytaniami dotyczącymi fluoru

## **F** Co to jest fluor?

Fluor jest minerałem występującym naturalnie we wszystkich zbiornikach wodnych. Zazwyczaj ilość fluoru jest zbyt niska, aby zapobiec próchnicy zębów, więc dodaje się niewielką jego ilość do systemów zaopatrzenia w wodę.

## Czy fluor jest bezpieczny?

Czołowi eksperci w dziedzinie zdrowia z Amerykańskiej Akademii Pediatrii, Amerykańskiego Stowarzyszenia Stomatologicznego oraz Ośrodków Kontroli i Zapobiegania Chorobom popierają fluoryzację wody komunalnej jako bezpieczny i skuteczny sposób na zapobieganie próchnicy.

## Czy mogę po prostu użyć pasty do zębów z fluorem?

Stosowanie pasty z fluorem jest ważne, ale picie fluoryzowanej wody zapewnia ważną dodatkową ochronę przed próchnicą zębów.

## Kto korzysta na fluoryzacji wody?

Fluoryzacja wody jest korzystna dla ogółu społeczności, jest skuteczną, niedrogą, i bezpieczną metodą zdrowia publicznego.

## Skąd wziął się pomysł na fluoryzację wody?

Miejszem narodzin powszechnej fluoryzacji wody Stany Zjednoczone – pierwszym stanem, w którym uchwalono ustawę gwarantującą dostęp do wody fluorowanej był Connecticut. Pomysł okazał się na tyle znaczącym sukcesem, że ponad 20 krajów wdrożyło na chwilę obecną programy fluoryzacji, które objęły swoim zasięgiem ponad 150 milionów osób.

Aby uzyskać więcej informacji na temat fluoryzacji wody, zajrzyj pod następujące linki:

- [www.ct.gov/dph](http://www.ct.gov/dph)
- [www.cdc.gov/fluoridation](http://www.cdc.gov/fluoridation)

Projekt wspierany przez Ośrodkę Kontroli i Zapobiegania Chorobom (USA). Departament zdrowia i opieki społecznej (HHS) w ramach przyznanej pomocy finansowej w całkowitej wysokości 3 420 000 USD przy 100-procentowym finansowaniu przez CDC/HHS. Zawarte treści pochodzą od autora (autorów) i niekoniecznie odzwierciedlają oficjalne poglądy ani nie są wyrazem poparcia organizacji CDC/HHS ani rządu USA.

