ฟลูออไรด์กับผลกระทบด้านสุขภาพ

****

ฟลูออไรด์	ผลกระทบด้านสุขภาพ
ฟลูออไรด์คืออะไร [1]	ฟลูออไรด์ คือ แร่ธาตุตามธรรมชาติ โดยจะพบกระจายอยู่ทั่วไปตามเปลือกโลก อาหารบางชนิด และน้ำประปาบางพื้นที่ก็มีฟลูออไรด์ ฟลูออไรด์มักจะถูกเติมลงไปในน้ำดื่มเพื่อช่วยป้องกันฟันผุ ในช่วงยุค 1930 นักวิจัยพบว่า ผู้ที่ดื่มน้ำที่ผสมฟลูออไรด์ตามธรรมชาติมาโดยตลอดจะมีฟันผุน้อยกว่าผู้ที่อยู่ในบริเวณที่ไม่มีน้ำที่มีฟลูออไรด์ตามธรรมชาติถึง 2-3 เท่า งานวิจัยหลังจากนั้นเป็นต้นมา ก็ได้ยืนยันอีกว่าเมื่อมีการเติมฟลูออไรด์ลงในน้ำประปา ฟันผุก็จะลดน้อยลง American Dental Association องค์การอนามัยโลก และ American Medical Association ก็ต่างยืนยันและสนับสนุนการเติมฟลูออไรด์ในน้ำประปาเนื่องจากผลในการลดฟันผุ
ผลกระทบต่อระบบต่างๆ ของร่างกาย [1,2]	เมื่อร่างกายได้รับฟลูออไรด์มากเกินไป ทำให้เกิดผลกระทบต่อร่างกายได้หลายทาง ได้แก่ 1. การเกิดผลต่อฟัน ทำให้เกิดฟันตกกระ 2. ผลต่อกระดูก ทำให้กระดูกหนา เปราะ หักง่าย ตลอดจนการเกิด ขาโก่ง กระดูกผิดรูปร่างจากฟลูออไรด์เกาะบนกระดูก 3. ผลต่อระบบร่างกายอื่นที่ไม่ใช่ระบบโครงสร้าง เช่น ❖ ระบบต่อมไทรอยด์ : ฟลูออไรด์ไปรบกวนกระบวนการดูดซึมไอโอดีน ทำให้เกิดโรคคอพอกและโรคเอ๋อ ❖ ระบบสมองและสติปัญญา : การดูซึมไอโอดีน ถูกฟลูออไรด์รบกวน สมองขาดไอโอดีน ทำให้ระดับสติปัญญา(ไอคิว)ต่ำ ❖ ระบบกล้ามเนื้อ : เส้นใยกล้ามเนื้อถูกพิษฟลูออไรด์ ทำลายเป็นบริเวณกว้าง เรียงตัวไม่ถูกระเบียบ ทำให้กล้ามเนื้อรู้สึกไม่มีแรง ❖ ระบบทางเดินอาหาร : คนในพื้นที่ที่มีฟลูออไรด์สูง มักมีอาหารระบบทางเดินอาหาร เช่น เบื่ออาหาร คลื่นไส้ ท้องผูก และถ่ายท้องเป็นระยะๆ ❖ ระบบสืบพันธุ์ : พิษของฟลูออไรด์ทำให้รูปร่างของเชื้ออสุจิผิดปกติ มีปริมาณน้อยและมีระดับฮอร์โมนเพศชายต่ำอาจทำให้เป็นหมันได้ ❖ ระบบการทำงานของไต : ทำลายท่อไตส่วนต้นและส่วนปลาย เกิดการอักเสบของผนังเซลล์ และการขยายตัวจากท่อไต มักพบเป็นนิ่วในไต

การแก้ไขปัญหา [1,2]	ควรหลีกเลี่ยงการได้รับฟลูออไรด์ในปริมาณสูงตั้งแต่แรกเกิดไปจนตลอดชีวิต ส่วนใหญ่ประชาชนจะได้รับจากการบริโภคน้ำจากแหล่งน้ำใต้ดิน เช่น บ่อบาดาล ปัญหาดังกล่าว มีทางเลือกในการแก้ไขหลายทางเลือกที่แตกต่างกัน เช่น การเปลี่ยนแหล่งน้ำบริโภค การใช้น้ำฝน น้ำดื่มบรรจุขวด หรือการใช้เครื่องกรองน้ำ การแก้ไขปัญหาดังกล่าวจะสำเร็จได้ ประชาชนต้องรับรู้ว่าสิ่งนั้นเป็นปัญหา มีความต้องการที่จะแก้ไขปัญหา ริเริ่มและดำเนินการในการแก้ไขปัญหานั้นๆ ด้วยตนเอง โดยมีเจ้าหน้าที่ภาครัฐเป็นที่ปรึกษาด้านวิชาการ และให้การสนับสนุน ในการดำเนินงานของชุมชน

รายการอ้างอิง

1. LDC Dental Public Limited Company. ฟลูออไรด์ คืออะไร. [อินเตอร์เน็ท].[ม.ป.ท.].[ม.ป.พ.]; 2563. [สืบค้นเมื่อวันที่ 23 ต.ค.2563]. https://www.colgate.com/th-th/oral-health/basics/fluoride/what-is-fluoride
2. ศูนย์ทันตสาธารณสุขระหว่างประเทศ สำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย. ผลกระทบฟลูออไรด์กับสุขภาพและการแก้ไขปัญหา. [อินเตอร์เน็ท].[ม.ป.ท.].[ม.ป.พ.]; 2563.[สืบค้นเมื่อวันที่ 23 ต.ค.2563]. https://multimedia.anamai.moph.go.th/associates/fluoride-bouchures/