からだとは・病とは(29)　保健所がフッ素推進に来た　鈴木斉観（斉観堂鍼灸治療院）

息子が通っている幼稚園で、保健所の方がフッ素利用推進教育（虫歯予防）をするということで、参加した。

以前、現在小学校二年の娘が在園中はフッ素入り歯磨き粉で歯磨き指導が行われていたが、その時はフッ素が入ってなく、また合成界面活性剤を使用していない歯磨き粉で済ませていた。家では通常、歯ブラシだけでの歯磨きである。娘の同級生には幼稚園の頃から虫歯の子が多くいたが、娘は現在まで虫歯になったことはない。

なぜ同級生に虫歯が多いかと考えると、最大の原因は「だらだら間食」であると思う。歯がいつも糖液に浸されている様な状態だ。唾液には歯の修復作用があるが、それがこの状態では働かない。

しかも「だらだら間食」は通常の食事に影響する。味の濃いものを好むようになり、またお腹も減らないから、せっかくバランスの良い食事を用意しても食べてくれない。バランスの良い食をよく噛んで食べることで、丈夫なからだ、そして丈夫な歯が育つ。

歯磨きが重要なのは寝る前である。起きていれば、豊富な唾液が歯を守ってくれるが、寝てしまうとそれができない。だからこの時は、しっかりと仕上げを親がする必要がある。

フッ素が有効か有害かという話以前に、虫歯予防には必要ないというのが私の立場である。そしてフッ素を自然に摂取（接触）している量を超えて、摂取するのは、不自然なことであって、不自然なことは何らかの形で必ず人に有害であると思っている。

さて、保健所の方は女性三人で来られ、先ず、園児（年中・年長）にドラえもんとフッ素君の登場する劇をされ、その後、①「決まった時間におやつを食べること」、②「しっかりと通常の食事をすること」、③「フッ素入りの歯磨き粉を使って歯磨きすること」の三つのお約束を園児にさせた。

①②や、その後の親だけへのお話で、唾液の修復作用を説明されていたのは、「我が意を得たり」であった。問題は③である。子供たちに「フッ素が良いもの」・「歯磨きには歯磨き粉が必要」と刷り込んでいるわけである。

予め私はインターネットで科学的には、どう問題になっているのかを調べておいた。有効性の評価方法に問題があることや、班状歯・骨折頻度上昇・骨肉腫等の危険性が指摘されていた。

話はフッ素洗口を集団（幼稚園など）で行うのが効果的だという事に至った。この幼稚園でもやろうというムードが作られ、終わりそうになったので、急いで質問した。WHO が「6 歳未満のフッ素洗口は禁忌」としているということへの見解を尋ねた。

持ち帰って回答することになったが、それをきっかけとした話の中で、保健所の方は、「強制でない」、「どんな問題でも反対する人はある」、「公的な機関が勧めている」という様な言葉を使われた。

集団フッ素洗口が実施された場合、一人だけやらないのは、その子にストレスとなる。国が認可・勧奨したことで多くの薬害が起った。その裏には当にこうした言葉があったのだと思った。慢性的な毒性は長年かけて初めて分かる。集団フッ素洗口は当にその為の実験になってしまうと私は危惧する。

（2006 年 6 月 29 日）

参考：「虫歯予防のためのフッ化物洗口の問題点」（薬害オンブズパースン・タイアップグループ仙台支部）＝http://www.geocities.jp/m_kato_clinic/(宮千代加藤内科医院 HP)より入手