

フッ素入り歯磨き粉は危険！ がんや骨肉腫、ダウン症の原因との指摘も

歯医者さんで虫歯予防として、フッ素の使用を勧められることがあります。また、複数の歯磨き粉メーカーからは、フッ素入り歯磨き粉が発売されています。

ある歯磨き粉メーカーのホームページでは、「フッ素は歯の表面を酸に溶けにくい性質に改良します。乳歯や生えだての歯は軟らかいので、フッ素配合ハミガキを使い、歯質強化につとめましょう」との記述が見受けられます。

厚生労働省も、永久歯のむし歯予防手段に有効であるとして、フッ素（フッ化物）による洗口を推奨しています。

しかし、最近はその効果を疑問視する学者も増えています（明海大学・寛光夫教授講演記録「生体アパタイト結晶形成機構とフッ素イオンの影響」参照）。

また、2000年までの調査では、フッ素を使って洗口している子どもは、まったく使っていない子どもに比べて虫歯が少ないというデータがありましたが、近年は子どもの虫歯が減っていることもあり、フッ素使用による虫歯減少の効果は見られなくなりました。

フッ素の危険性

さらに、フッ素は危険性も多く指摘されています。濃度の高いフッ素を摂取した場合には、吐き気、腹痛、下痢、心不整脈、昏睡といった急性中毒症状が起きる可能性があり、低濃度であっても、恒常的に摂取していれば慢性中毒が起きることがあります。

アメリカでは多くの地域で、水道水にフッ素が添加されており、それらの地域では斑状歯（エナメル質形成不全）と呼ばれる歯の色が極端に白くなり、表面がザラザラになる症状が多く見られます。また、骨硬化症（フッ素症）と呼ばれる骨の異常が現れることがあります。

加えて、詳細は解明されていませんが、フッ素との関連が示唆されているものとしては、発育期の少年に見られる骨肉腫、若い母親からのダウン症児の出生といった危険性が指摘されています。ダウン症児の多くは、高齢女性から生まれていますが、フッ素を日常的に摂取している場合には若い母親からも高頻度でダウン症児が生まれています。

特に留意したいのは、フッ素を摂取する年齢が若ければ若いほど発がんの危険が高まるということです。フッ素は、特定の部位の発がん率を上げるのではなく、全体としてがんの発生を増加させるといわれています。日本でフッ素を水道水に添加した場合、全国でがん患者が3万人増えるとする推計もあります。

飲み込んだフッ素はまず胃の中で毒性の強いフッ化水素酸に変わり、血液に乗って全身を巡ります。フッ素は成人では約90%が尿中に排泄され、残りは骨に沈着しますが、子供は、30~40%が骨に沈着するといわれています。これにより、骨の異常やがんの発生率が高まると考えられます。

また飲料水にフッ素を添加している地域では、注意欠如多動性障害（ADHD）の子どもが多いこともわかっています。実際、ハーバード大学をはじめとした研究機関は、ADHDの原因のひとつとしてフッ素を挙げています。

2003年に厚労省が集団によるフッ素洗口を推奨したことから、フッ素洗口を実施している保育園や幼稚園、小学校があるようですが、使用については慎重に検討しましょう。

（文＝村上純一／医療ジャーナリスト）