

般含氟牙膏中的氟化鈉的含量為0.22%，每次刷牙有1/4——1/8的牙膏可能被吞服，雖然每次很少，但常年使用、日積月累，也有可能造成氟中毒。據瞭解，含氟牙膏目前已經佔據了市場2/3以上的份額。這些牙膏的共同特點是價格明顯高於國產牙膏，他們在超市採用買斷貨架、高價返利等手段，幾乎壟斷了城市市場。

### 高氟地區是不適宜使用含氟牙膏的

很多專家對此憂心忡忡，他們提出，含氟牙膏在宣傳預防齲齒的同時，是不是也應該告訴大家人體過量攝入會產生什麼危害？要知道，在高氟地區是不適宜使用含氟牙膏的。在我國，除了上海市以外，其他各個省、市、自治區都有部分地區存在高氟問題！而由於市場幾乎被含氟牙膏壟斷，高氟地區的消費者面對含氟牙膏也幾乎別無選擇！有的人氣憤地說，氟已經被我們從自來水中清除出去多年了，怎麼用在牙膏領域就成了科學呢？

### 氟這種元素還欺軟怕硬

據瞭解，氟這種元素還欺軟怕硬。發達國家的人吃牛肉、喝牛奶，身體素質好，所以很少發現氟中毒。而在發展中國家就不然了，人們身體素質相對較差，尤其是落後地區的貧困人口，化解毒素的能力差，發生氟中毒的機率就會高一些。

中國地方病專家、地氟病研究所所長孫殿軍教授認為，近30年的研究證實，任何氟化防齲的方法，都只能用於水源無氟或者低氟地區。因為氟是一種有毒物質，無需太多的劑量就可以殺死植物、魚、鼈、蝦、蟹及各種貝類，甚至可以殺死牛和羊！

對於孩子來說，含氟牙膏就顯得更為危險，因為孩子對吞咽衝動控制力差，很容易把香甜的牙膏吞下去。專家認為：一支牙膏中的氟足夠殺死一個小孩了！

### “慎用含氟牙膏產品，拒絕氟從口入”

也許出於對含氟牙膏的反感，中國口腔清潔護理用品工業協會和“田七”牙膏生產廠家等一道，發起了“無氟運動健康公益萬里行活動”，提出“減少氟攝入，預防氟中毒”等口號，發起“慎用含氟牙膏產品，拒絕氟從口入”的萬人簽名活動。

在社會上引起了廣泛關注。

而另一些專家則認為，含氟牙膏預防齲齒，已經經歷了幾十年100多次臨床實驗，結果都是肯定的。得到了世界衛生組織、國際牙科聯盟的推薦。而且使用含氟牙膏攝取的氟元素也很有限，只要不過量使用，不會對人體造成危害。在世界各國市場上，含氟牙膏已經占到了90%左右的份額，也說明其可靠性。

哈爾濱醫科大學口腔教授劉英群認為，消費者首先要知道自己所處地區是否是高氟地區，如果是高氟地區，那最好不要使用含氟牙膏，可以選擇不含氟的“田七”、“兩面針”和其他中草藥牙膏，這種牙膏目前看來比較安全，也可以達到防齲齒的作用。在非高氟地區，成人使用含氟牙膏也沒什麼大問題；但是7歲以下的孩子不提倡使用，避免產生誤吞問題，尤其是3歲以下的孩子最好不要使用。他們口腔科的醫護人員有一套自己的做法：每天只在早或晚一次使用牙膏刷牙，其餘時間用清水或者鹽水刷牙，這樣也許可以避免攝入過量的氟問題。

