

# 饮用水氟化：二十世纪犯下的最大的公共卫生失误

作者: Stuart Cooper; 翻译: Amy Papa; 审阅: 成长

原文: <http://www.doctoryourself.com/omns/v16n08.shtml>

The Chinese translation of this article is made possible by a generous grant from Dr. Bill Grant and from the Cheng Integrative Health.

本文翻譯工作得到 Bill Grant 博士資助及上海成氏健康資助。

(OMNS 2020 年 2 月 4 日) 美国牙科协会 (ADA) 正在庆祝饮用水氟化 75 周年。这项公共卫生实验于 1945 年 1 月 25 日从密歇根州大急流城 (Grand Rapids) 开始。反氟行动计划组织 (Fluoride Action Network) 的主任 Paul Connett 博士评论道, “这种做法竟然已经持续了 75 年, 我们应该为此感到莫大的悲哀, 而不是去庆祝! 我们会在这个公告中作出解释。”

## ADA 无视氟化饮用水上存在的道德问题和有瑕疵的科学依据

氟化饮用水的忠实鼓吹者 (如 ADA) 不仅继续无视此做法在道德上的谴责, 而且还对强有力的科学证据 (包括美国政府资助的研究) 表明饮用水中的氟会对胎儿和婴儿造成伤害

置之不理。ADA 及其同盟非但不去对这些研究做分析，反而继续高举着氟化饮用水是“安全有效”的大旗。

## 饮用水氟化是二十世纪最大的公共卫生失误

政治和公共关系，而不是科学使氟化物保持活力。氟化物的支持者，包括美国牙科协会 (ADA) 和疾病控制中心 (CDC) 的口腔健康部，花费数百万美元在广告和公共关系上，使用半真半假、谈话要点和消遣向我们推销氟化物。疾病预防控制中心的牙医声称氟化是“二十世纪最重要的公共卫生成就之一”，实际上它是二十世纪最大的公共卫生失败（有人会说是背叛）之一。

## 氟化饮用水不符合道德准则

Fluoride Action Network 等机构都表明，在公共饮用水中添加含氟化学物质的做法并不是对所有人都是安全的，这会对某些弱势群体造成伤害，同时还剥夺了人们接受更有效、更安全和更可靠的口腔保健方法的机会。与其它的水处理方式不同，氟化水处理所处理的并不是水本身，而是水的饮用者。它剥夺了个人对此所谓的治疗方式的知情权和同意权。氟化饮用水被强制输送到每一个人，无论这个人的年龄、健康状况或营养状况如何，而且没有医生的监护。同时因为每个人饮水量都不尽相同，所以也没有剂量控制。

摄入氟化物剂量最高的是那些胎儿和用奶瓶喂养的婴儿。

## 氟斑牙流行

根据疾病控制和预防中心 (CDC) 的数据，美国超过 41% 的青少年现在有明显的过度接触氟化物的迹象，称为氟斑牙。氟斑牙是因为儿童时期摄入过多的氟化物而引起的牙釉质永久性损伤（牙齿上出现白色斑点，或带有凹陷和变色的牙釉质），而且这还可能是更广泛的系统性损伤的标志。氟化水是这些人接触的主要氟化物来源。

## 对大脑的伤害

Fluoride Action Network 提供的大型健康数据库显示，氟化物可以损害身体的几乎所有组织。人体的每一个组织都很重要，但在胎儿和婴儿发育过程中最需要保护的、最重要的器官就是大脑。在生命的早期阶段，大脑受到的损伤将是永久性的，是在生命后期无法恢复的。现在，大量政府资助的研究表明，氟化物具有神经毒性，在饮用水被氟化的地区，氟的摄入与儿童智商降低和近些年显著增加的儿童多动症等认知行为问题有相关性。该领域的专家认为，氟对人们健康影响的程度可以和铅相提并论。

200 多项动物研究表明，长期暴露于不同水平的氟化物会损害大脑；64 项人类研究发现，较高的氟化物接触水平与智力降低有相关性；3 项人类研究发现，氟化物接触水平与胎儿

大脑发育受损有相关性；另外，还有7项母子研究发现，怀孕期间接触氟化物的水平与后代智商降低有相关性。

国家毒理学计划 (National Toxicology Program)对氟化物神经毒性进行了人体研究，根据其系统审查草稿可以得出结论，氟化物“可以被认定”是一种神经毒素，这是在大量的、高质量的对大脑进行研究的基础上作出的一致结论。

国家研究委员会 (National Research Council) 在2006年发布了一份报告，报告中称氟化物是一种内分泌干扰物。最近的一些研究也表明，接触氟化水会降低甲状腺功能，尤其是女性。最近的研究还将氟化水与肾脏和肝脏损伤以及青少年的睡眠呼吸暂停症联系起来。

## 饮用水加氟实属不必要

CDC 口腔健康部 (CDC Oral Health Division) 承认，饮用水氟化的目的主要是外用效果 (CDC, 1999)，而不是系统性的，这就是说根本没有将氟化物吞入体内的必要性。同时，人们有很多选择可以去买廉价的非处方和处方形式的氟化物。

*(Stuart Cooper is affiliated with the Fluoride Action Network, <http://fluoridealert.org/>)*

饮用水加氟是世界上最广泛的被反对的健康干预措施之一

世界上超过 95% 的人口的饮用水没有被氟化。世卫组织的数据表明，在饮用水加氟和饮用水没有加氟的国家之间相比较，12 岁儿童的蛀牙发生率并没有差异。氟化水在美国有 70 年的历史，如今饮用氟化水的美国人口数量创下历史纪录，但官方报告表明，美国人口仍然存在蛀牙危机。

## 氟化水的弊显然大于利

忽视显著的潜在危害，并继续在饮用水中添加氟，将对我们的孩子造成巨大的伤害，特别是当社区可以选择实施更有效的方法来减少这种不公正的口腔健康管理方式的时候，例如在学校中推行密封剂和口腔健康科普计划，提高医疗补助报销率，以及扩大培养中级牙科保健从业者。

## 饮用水加氟是浪费钱

饮用水加氟从许多方面来讲都是浪费金钱。CDC 的公关部声称，在氟化水上每投资 1 美元，就可以节省 38 美元看牙的医疗费用，这个结论已被独立科研人员证明是错误的。

CDC 口腔健康部(CDC Oral Health Division) 的分析忽略了治疗氟斑牙的成本和其它为治疗因此而引起的健康问题的相关成本。氟化水导致人们智商降低，结果造成收入能力的巨大损失，因为这涉及大量人口，所以相关损失近数十亿美元。

继续推广氟化水将导致公众对旨在保护他们的机构越来越失去信任

在缺乏可靠的科学证据的情况下继续这种做法——并在公关上投资数百万美元来掩盖这一事实——将进一步削弱公众对公共卫生计划的信任。现在唯一受到保护的，是这个失败的政策以及某些人的声誉——那些拒绝承认该做法在道德上和科学上都是巨大失误的人。

(Stuart Cooper 为“反氟行动组织”成员 (Fluoride Action Network),

<http://fluoridealert.org/>)