

飲用水氟化：二十世紀犯下的最大的公共衛生失誤

作者: Stuart Cooper; 翻譯: Amy Papa; 審閱: 成長

發表於「Orthomolecular Medicine News Service」

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) 美國牙科協會 (ADA) 正在慶祝飲用水氟化 75 週年。這項公共衛生實驗於 1945 年 1 月 25 日從密歇根州大急流城 (Grand Rapids) 開始。反氟行動計劃組織 (Fluoride Action Network) 的主任 Paul Connett 博士評論道, 「這種做法竟然已經持續了 75 年, 我們應該為此感到莫大的悲哀, 而不是去慶祝! 我們會在這個公告中作出解釋。」

ADA 無視氟化飲用水上存在的道德問題和有瑕疵的科學依據

氟化飲用水的忠實鼓吹者（如 ADA）不僅繼續無視此做法在道德上的譴責，而且還對強有力的科學證據（包括美國政府資助的研究）表明飲用水中的氟會對胎兒和嬰兒造成傷害置之不理。ADA 及其同盟非但不去對這些研究做分析，反而繼續高舉著氟化飲用水是「安全有效」的大旗。

飲用水氟化是二十世紀最大的公共衛生失誤

政治和公共關係，而不是科學使氟化物保持活力。氟化物的支持者，包括美國牙科協會 (ADA) 和疾病控制中心 (CDC) 的口腔健康部，花費數百萬美元在廣告和公共關係上，使用半真半假、談話要點和消遣向我們推銷氟化物。疾病預防控制中心的牙醫聲稱氟化是「二十世紀最重要的公共衛生成就之一」，實際上它是二十世紀最大的公共衛生失敗（有人會說是背叛）之一。

氟化飲用水不符合道德准則

Fluoride Action Network 等機構都表明，在公共飲用水中添加含氟化學物質的做法並不是對所有人都是安全的，這會對某些弱勢群體造成傷害，同時還剝奪了人們接受更有效、更安全和更可靠的口腔保健方法的機會。與其它的水處理方式不同，氟化水處理所處理的並不是水本身，而是水的飲用者。它剝奪了個人對此所謂的治療方式的知情權和同意權。氟

化飲用水被強制輸送到每一個人，無論這個人的年齡、健康狀況或營養狀況如何，而且沒有醫生的監護。同時因為每個人飲水量都不盡相同，所以也沒有劑量控制。

攝入氟化物劑量最高的是那些胎兒和用奶瓶餵養的嬰兒。

氟斑牙流行

根據疾病控制和預防中心 (CDC) 的數據，美國超過 41% 的青少年現在有明顯的過度接觸氟化物的跡象，稱為氟斑牙。氟斑牙是因為兒童時期攝入過多的氟化物而引起的牙釉質永久性損傷（牙齒上出現白色斑點，或帶有凹陷和變色的牙釉質），而且這還可能是更廣泛的系統性損傷的標誌。氟化水是這些人接觸的主要氟化物來源。

對大腦的傷害

Fluoride Action Network 提供的大型健康數據庫顯示，氟化物可以損害身體的幾乎所有組織。人體的每一個組織都很重要，但在胎兒和嬰兒發育過程中最需要保護的、最重要的器官就是大腦。在生命的早期階段，大腦受到的損傷將是永久性的，是在生命後期無法恢復的。現在，大量政府資助的研究表明，氟化物具有神經毒性，在飲用水被氟化的地區，氟的攝入與兒童智商降低和近些年顯著增加的兒童多動症等認知行為問題有相關性。該領域的專家認為，氟對人們健康影響的程度可以和鉛相提並論。

200 多項動物研究表明，長期暴露於不同水平的氟化物會損害大腦；64 項人類研究發現，較高的氟化物接觸水平與智力降低有相關性；3 項人類研究發現，氟化物接觸水平與胎兒大腦發育受損有相關性；另外，還有 7 項母子研究發現，懷孕期間接觸氟化物的水平與後代智商降低有相關性。

國家毒理學計劃 (National Toxicology Program) 對氟化物神經毒性進行了人體研究，根據其系統審查草稿可以得出結論，氟化物「可以被認定」是一種神經毒素，這是在大量的、高質量的對大腦進行研究的基礎上作出的一致結論。

國家研究委員會 (National Research Council) 在 2006 年發佈了一份報告，報告中稱氟化物是一種內分泌干擾物。最近的一些研究也表明，接觸氟化水會降低甲狀腺功能，尤其是女性。最近的研究還將氟化水與腎臟和肝臟損傷以及青少年的睡眠呼吸暫停症聯繫起來。

飲用水加氟實屬不必要

CDC 口腔健康部 (CDC Oral Health Division) 承認，飲用水氟化的目的主要是外用效果 (CDC, 1999)，而不是系統性的，這就是說根本沒有將氟化物吞入體內的必要性。同時，人們有很多選擇可以去買廉價的非處方和處方形式的氟化物。

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

飲用水加氟是世界上最廣泛的被反對的健康干預措施之一

世界上超過 95% 的人口的飲用水沒有被氟化。世衛組織的數據表明，在飲用水加氟和飲用水沒有加氟的國家之間相比較，12 歲兒童的蛀牙發生率並沒有差異。氟化水在美國有 70 年的歷史，如今飲用氟化水的美國人口數量創下歷史紀錄，但官方報告表明，美國人口仍然存在蛀牙危機。

氟化水的弊顯然大於利

忽視顯著的潛在危害，並繼續在飲用水中添加氟，將對我們的孩子造成巨大的傷害，特別是當社區可以選擇實施更有效的方法來減少這種不公正的口腔健康管理方式的時候，例如在學校中推行密封劑和口腔健康科普計劃，提高醫療補助報銷率，以及擴大培養中級牙科保健從業者。

飲用水加氟是浪費錢

飲用水加氟從許多方面來講都是浪費金錢。CDC 的公關部聲稱，在氟化水上每投資 1 美元，就可以節省 38 美元看牙的醫療費用，這個結論已被獨立科研人員證明是錯誤的。

CDC 口腔健康部(CDC Oral Health Division) 的分析忽略了治療氟斑牙的成本和其它為治療因此而引起的健康問題的相關成本。氟化水導致人們智商降低，結果造成收入能力的巨大損失，因為這涉及大量人口，所以相關損失近數十億美元。

繼續推廣氟化水將導致公眾對旨在保護他們的機構越來越失去信任

在缺乏可靠的科學證據的情況下繼續這種做法——並在公關上投資數百萬美元來掩蓋這一事實——將進一步削弱公眾對公共衛生計劃的信任。現在唯一受到保護的，是這個失敗的政策以及某些人的聲譽——那些拒絕承認該做法在道德上和科學上都是巨大失誤的人。

(Stuart Cooper 為「反氟行動組織」成員 (Fluoride Action Network),

<http://fluoridealert.org/>)