

知って驚く本当のフッ素の話

和寒町 かたくり歯科院長 清水央雄

【はじめに】

フッ素は安全で、虫歯を減らしてくれるものだと聞かされ、それを信じている人は多いと思います。そんな人に急に「フッ素は虫歯を減らしていないし、有害で急性中毒やいろいろな病気の危険もある」と言っても、なかなか信じてもらえないのですが、しかし、健康に大きく関わる重要なことですから、どうかお読み下さい。

【医学界の実情】

「フッ素は無効で、しかも有害」と言ったのなら、「ではどうして歯医者さんや歯科医師会、市町村や保健師さんなどが推奨するのか？」と疑問に思うことでしょう。

例えば、インフルエンザの予防接種は効果があると思いますか？ 効かないし副作用も深刻だとする否定的意見も多く、新型コロナウイルス感染症対策分科会長の尾身茂さんですら「上気道感染症に十分効果があるワクチンは登場したためしがない」と言うくらい、ワクチンの効果はないのです。それでも推進するのは、病院の利益はもちろん、製薬会社に莫大な利益をもたらす巨大利権構造があるからなのです。私の父は内科医だったので、患者さんにインフルエンザワクチンを接種していましたが、私や兄弟には接種しませんでした。父は本当の事をわかっていたのでしょ。ちなみに、父の友人の医師（厚生省職員）がインフルエンザワクチンで半身不随になったのを見ていることもあります。

子宮頸がんワクチンは、反対運動が強く、接種を受ける人は激減しましたが、それでも業界は強く推奨しています。

高血圧の基準は、昔は 160 以上でしたが、今はたったの 130 で高血圧の烙印を押されてしまいます。いったん高血圧の診断が下されると、降圧剤をほぼ一生飲むことになります。病院にとっては死ぬまで定期的を受診していただけるお得意さんが獲得できるので、経営上はとてありがたいことなのです。医学常識は業界の都合の良いように作られるのが実情なのです。そもそも高血圧は、ストレスや肥満、過労、誤った食生活、運動不足などが原因で起こるのです。それらを是正しないで降圧剤で無理やり数字合わせしても、病気予防や長生きには繋がらず、かえって薬の副作用で寿命を縮めてしまうことが判明しています。でも、高血圧の人に「生活改善しなさい」と指導しただけで薬を出さなかったら患者さんは続けて来院しないので、病院は儲かりません。製薬会社は薬が売れずに儲かりません。製薬会社が儲からないと、お役人は天下り先がなくなってしまいます。そういう闇の世界があるのです。だから降圧剤の問題がわかっても、相変わらず高血圧の人に降圧剤を出し続け、さらにより多くの人をお得意さんにするために高血圧の定義を 160 から 130 に引き下げたのです。ちなみに、降圧剤の売り上げは、10 年前は日本で 1 年間に 2000 億円でしたが、現在は 5 倍の 1 兆円です。驚くほど莫大な利益を生むのです。アメリカも同じで、10 年前は 3000 億円だったのが現在は 5 倍の 1 兆 5000 億円です。

【フッ素で虫歯は減るのか？】

結論から言うと、フッ素に虫歯予防効果

はありません。フッ素を推進する人たちは、いい加減なデータを示して、「フッ素で虫歯が減った」と、ウソをついているのです。

「医者がわざとにウソを言うのか？」と思うかも知れませんが、ウソを平気で言うことは前述した通りです。最もひどいウソは「1970年から新潟県の弥彦小学校でフッ素洗口を始めたら17年後に虫歯が80%減った（6年生の虫歯は3.7本が1.0本に減少）」との話です。しかし、この時期はフッ素洗口していない学校でも虫歯は同じくらい激減しているのです。

世界で最も信頼できるのは、イギリスにあるコ克蘭という機関で、世界中の研究結果を総合的にまとめて計算します。コ克蘭によると水道にフッ素を入れても虫歯予防効果はないという結果です。ただし、フッ素洗口は26%虫歯を減らすという結論が出たのですが、しかし、弥彦小のようなケースとまではいかないまでも、正しく統計データを見ることのできる良い研究が少なく、26%というケースも怪しいものなのです。というのも、誰がフッ素で洗口し、誰が真水で洗口するのか本人もわからない状況で比較した実験をしないと様々な要素がデータに偏りを生じさせますが、そういう厳密な実験は困難なのです。もしも本当に26%が正しいと仮定しても、しかし、普段からフッ素入り歯磨きを使っている人が、さらにフッ素洗口をしても、それ以上は虫歯予防効果が増えないという結論もコ克蘭から出ています。ほとんどの児童がフッ素入り歯磨きを使っている現状では、フッ素洗口の効果はないのです。

【それでも業界の都合で推進する】

大学ではフッ素の研究は、論文を書くのに良い素材です。論文をたくさん書くと業績になり、出世して准教授・教授への道が近づきます。偉くなると本を書いて印税が

入ります。製薬会社からリベートをもらうこともできます。フッ素に反対しているのは研究室で孤立し、論文を書くのは難しいし、どこからもお金が流れてきません。

歯科医師会や開業歯科医師は、フッ素洗口に関しては、金銭的メリットは少なくても、名誉欲や支配欲などを満たせます。

また、歯科医院でのフッ素塗布に繋がっていくことも可能です。行政は、学術的なことはわからないため、歯科医師会や厚生省、都道府県などが「やる」と言うと、反対は困難なのです。

一般の大多数の歯科医師は、おそらくフッ素の効果はさほどないと思っているはずですが、しかし、フッ素に反対すると歯科医師会内部で軋轢を生じるし、「うちの医院ではフッ素塗布はしません」となると、患者は他の医院へ行ってしまっただけで経営問題になります。だから反フッ素の声を上げる歯科医師は、ほとんどいないのです。

【フッ素応用のスタートから変でした】

フッ素を使った虫歯予防の最初は、1945年にアメリカでフッ素を水道に入れたことですが、それは金属精錬会社が産業廃棄物として持て余していたフッ化ナトリウムを、ウソの論文を出して虫歯予防薬に仕立て上げ、水道に入れると虫歯予防になると騙したのです。また、原爆製造開発をスムーズにする目的もあったので、1945年1月という、戦争で大変な時期なのにたかだか虫歯ごときで、そんな事業が始まったのです。原爆に使うウランの濃縮で、フッ素漏れ公害が発生していたので、フッ素のイメージ向上や、フッ素の作用を調べる人体実験が目的という恐ろしい話だったのです。さらに、別の企業のフッ素公害を隠す目的（フッ素の大気汚染で斑状歯が発生していたので、

水道に入れれば水道のせいででき、企業を守ることもできる)もあって、フッ素推進が行われたのです。時代が変わっても、また別の利権が生まれ、いつまでも無駄なフッ素応用がなくなることはないのです。

【急性中毒量】

「フッ素は安全」「急性中毒やアレルギーは起こりません」と、歯科医師会や行政などが言っていますが、嘘八百なのです。

昔はどれくらいの量で急性中毒や病気が起こるのか、良くわかっていませんでした。だから以前考えられていた中毒が起こる量は、かなり甘く、体重1kgあたりフッ素2mgでした。しかし、様々な中毒の実例が世界各地で発生し、それ以下の量でも起こることがわかり、体重1kgあたり0.1mg、あるいは0.2mgなどの報告が相次ぎました。

フッ素洗口液には9mgのフッ素が含まれます。誤って全部飲んでしまったら、体重20kgなら体重1kgあたり0.45mgとなります。その量ならば、昔に考えられた中毒量(2mg)には達しませんが、近年のデータでは中毒量に達します。1987年に新潟大学でフッ素を飲む人体実験が行われ、おおむね体重比で小学生のフッ素洗口と同程度になるフッ素量(18mg)を飲んだ学生の64.8%に何らかの急性症状が生じました。

フッ素洗口で具合が悪くなっても、多くは時間とともに自然回復するのを良いことに、「味が気になった精神的なもの」などと胡麻化されているのです。

【各種病気の発生】

フッ素を多く摂取すると斑状歯(歯フッ素症)ができます。歯に異常が起こるくらいですから、体の他の部分にも影響します。

斑状歯が起こるよりも少ないフッ素の量で甲状腺機能低下が起こることがわかって

います。その他、骨硬化症、ADHD、ダウン症、がんなど様々な病気を起こします。

近年注目されているのがIQ低下です。中国やインド、パキスタンなどでは飲料水にフッ素が多く含まれる地区が多く、他の地区よりも平均IQが低いという研究報告がたくさん出てきています。飲料水中のフッ素濃度が1ppm高くなるとIQは9低下するというカナダでの研究(2020年にTill氏が発表)があります。日本の水道のフッ素濃度は高いと0.6ppmくらいの所がありますが、そこでは、IQが5くらい下がっている計算になります。

【集団フッ素洗口の問題点】

歯科医師や衛生士はおろか、養護の先生すらいない教室で実施するため、間違っ指消毒薬で洗口させてしまったり、ふざけて洗口液を飲み込む等、いろいろな事故が多発しています。誤飲しないよう上手に洗口したとしても、口腔粘膜は皮膚の13倍も薬剤を吸収するので、口に含んだだけでかなりの量のフッ素が体に入ります。洗口後はうがいしないよう指導されるため、口の中に残る量も少なくありません。

医学知識のない担任が監督するため、急性中毒が起こっても「我慢しなさい」と言われて苦しむことも頻発しています。

薬を水で溶く方法を間違っ4倍濃い液にしたり、十分溶けてなくて最後の方がとても濃い液になるなど、様々な事例が起こっています。一度作った洗口液を保存し、カビが生えることもあります。

多くは厚労省の通達「調剤業務のあり方」を無視した薬事法・薬剤師法に違反した洗口液作成が行われている実態が原因です。

集団で薬物投与を実施するのはリスクが大きいのです。大きなリスクをおかしてまで実施するような緊急性はありません。安易に薬に頼ってはいけません。

【フッ素塗布の問題点】

洗口の 10 倍の濃いフッ素のため、流れ出た液を飲み込んで中毒が起きやすいです。保健センターなどで実施することが多いですが、歯科医院のような、影のできない性能の良い照明（無影灯）がなく、流れ出た液に気が付かず、飲み込ませてしまうことが多いです。1 歳半健診や 3 歳児健診のときの実施が多いですが、その年齢だと嫌がって体を動かしたり、口を閉じたりで、流れ出た液を拭き取ることも困難で、とても危険です。歯科医院でなら安全かというところ、やはり低年齢児は体を動かすので飲み込み量が多いです。以前八王子でフッ素塗布する際、薬剤を間違えて 3 歳の女兒が亡くなったことがあります。

【フッ素入りハミガキの問題点】

歯みがきをすると、たいていは半分くらい歯磨剤を飲み込んでいます。特に低年齢児は多く、英国の研究では 2 歳半児は平均 72%、最大 96% 飲み込むそうです。近年、斑状歯が増えていますが、最大の原因はフッ素入りの歯磨剤です。斑状歯だけでなく、甲状腺機能低下や骨硬化症、がん、ADHD、IQ 低下などの原因になります。

【フッ素の含まれない歯磨剤】

現在市販されている歯磨剤のほとんどにフッ素が入っています。使用されているフッ素は「フッ化ナトリウム」と「モノフルオロリン酸ナトリウム」のどちらかです。

ボックス、シャボン玉石けんハミガキ、エスケーハミガキ、CO-OP ノンフォームなどはフッ素が入っていません。「せっけんはみがき」と書かれていれば、今のところフッ素が入っている製品はありません。

【身の回りにあるその他のフッ素】

洗口剤や塗布液、フッ素入りハミガキだ

けでなく、身の回りにはいろいろなフッ素製品があり、年々フッ素がたくさん身体に取り込まれるようになっていきます。

《医薬品》

薬の効果を高めるためにフッ素を組み込んだ医薬品が少なくないので、良く飲む薬は成分を調べ、フッ素が入っている場合は薬剤変更できるか主治医に相談しましょう。薬剤名で検索し、化学式に「F」があればフッ素です。（例：C16H14F3N3O2S）

【有機フッ素】

化粧品や米軍基地での泡消火剤等に含まれる有機フッ素が問題になっています。人体内では分解できず、毒性が強いのです。

《化粧品》

北米で販売されている化粧品、特にファンデーションの多くに化粧崩れを防ぐために有機フッ素が入っていることが 2021 年 6 月にマスコミで報じられ、日本では、花王、カネボウ、資生堂、ファンケルなどは有機フッ素の使用をやめていますが、アルビオン、オルビス、シャネル、シャンソン、ナリス、ノエビア、ポーラ、メナード、無印良品など、多くのメーカーはファンデーションに有機フッ素を使用し続けています。○○フルオロ○○○○・・・という物質が有機フッ素なのでご注意下さい。

《潤滑剤》

クレ CRC5-56 の高性能版など、フッ素含有の潤滑オイルがあります。スプレーするとミストを吸い込んで危険です。

《防水スプレー》

スコッチガードなどの防水スプレーの多くは有機フッ素が主成分です。1990 年代に換気の悪い場所でスキーウェアにスプレーして急性中毒を起こす事故が多発し、死亡事故まであって社会問題になりました。靴用防水材も、ほとんどの製品に有機フッ素が入っています。

