

## Poruka od Načelnika za zdravstvo Viktorije

Kvarenje zuba je bolest koja pogađa i djecu i odrasle osobe i može prouzročiti bolove i patnju. Ako je kvarenje uznapredovalo, pokvareni zubi mogu utjecati na izgled osobe, samopouzdanje i društvene odnose, a mogu stvarati problem i kod govora i žvakanja. Liječenje pokvarenih zuba može biti vrlo skupo, kako po utrošenom vremenu, tako i utrošenom novcu, a djeci je ponekad potrebno dati opću anesteziju kako bi im se mogli popraviti ili izvaditi pokvareni zubi.

Fluorizacija vode pomaže u zaštiti zuba od kvarenja i najučinkovitiji je način koji omogućuje svima da iskoriste prednosti fluora.

Znanstvena istraživanja su pokazala da je fluorizacija vode pouzdan i učinkovit način da se smanji kvarenje zuba, iako se danas puno koristi i zubna pasta s fluorom. Djeci koja žive u područjima Viktorije gdje se vrši fluorizacija vode, znatno manje se kvare zubi nego djeci u područjima gdje se ne vrši fluorizacija vode.

Više od tri četvrtine stanovnika Viktorije pije vodu s prirodnim ili nadodanim fluorom – većina tih ljudi živi na području grada Melbournea. Fluorizacija vode je učinkovit, jeftin i društveno ravnopravan način da se smanji kvarenje zuba kod djece i kod odraslih osoba.

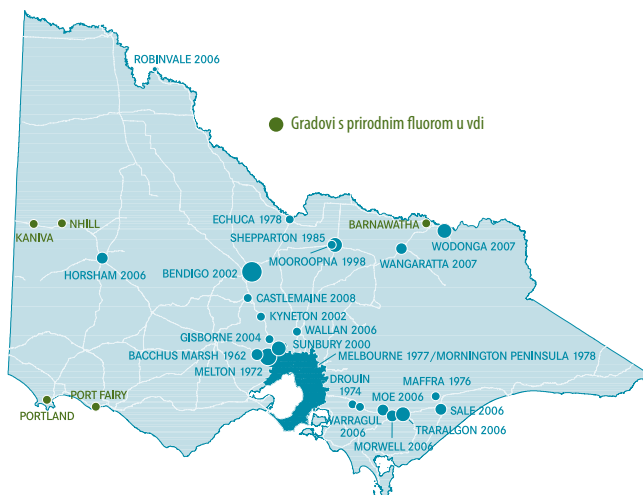


Dr John Carnie  
Načelnik za zdravstvo Viktorije

## Ključne činjenice

- Fluorizacija vode pomaže da se zašтите zubi od kvarenja
- Fluorizacija vode pomaže da se spriječe bolovi i patnja
- Fluorizacija vode donosi koristi svima
- Fluorizacija vode je pouzdana i učinkovita
- Većina ljudi u Australiji ima fluoriziranu vodu
- Fluorizacija vode ne mijenja okus ni miris vode

## Mali i veliki gradovi u Viktoriji u kojima je fluorizirana pitka voda.



Informacije o fluorizaciji vode 1800 651 723

[www.health.vic.gov.au/environment/water/fluoridation.htm](http://www.health.vic.gov.au/environment/water/fluoridation.htm)

Objavila Vlada Viktorije  
Ministarstvo društvenih usluga  
Melbourne, Victoria  
kolovoz 2008

© Autorsko pravo Država Viktorija  
Ministarstvo društvenih usluga, 2008

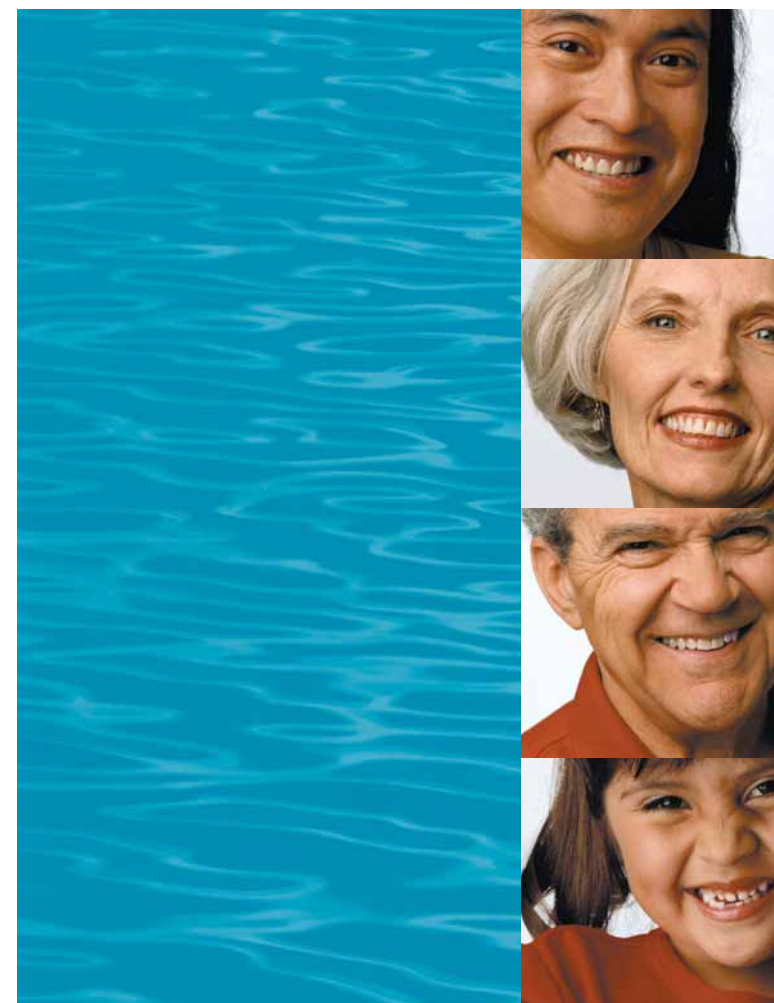
Ovlastila Vlada Viktorije,  
50 Lonsdale Street,  
Melbourne




Protecting teeth throughout life  
Water fluoridation

Croatian

## Zaštita zuba tijekom cijelog života Fluorizacija vode





## Gradovi čija voda sadrži prirodni fluor

- Brigu o zubima treba voditi cijeli život. Zdrava prehrana i unošenje tekućina, redovito pranje zuba pastom obogaćenom fluorom i redoviti pregledi zuba, pomoći će vam da vam zubi i desni budu zdrave.

## Što je fluor?

- Fluor je prirodni element koji pomaže da se zaštite zubi od kvarenja. Zubi se kvare kada kiselina uništava vanjsku površinu zuba. Kiselina nastaje od šećera, a stvaraju je bakterije koje žive u ustima. Fluor može ograničiti količinu nastale kiseline i, što je još važnije, može popraviti oštećenje prije nego što ono postane trajno.

## Što je fluorizacija vode?

- Fluorizacija vode je prilagođavanje prirodne razine fluora u pitkoj vodi na razinu koja pomaže zaštititi zube od kvarenja. Količina fluora koja se dodaje u vodu u Viktoriji pažljivo se kontrolira i prati kako bi se održavala razina od 1 miligrama fluora po litri vode.

## Fluorizacija vode pomaže da se zaštite zubi od kvarenja

- Stalna opskrba manjim količinama fluora u ustima pomaže da se zaštite zubi od kvarenja – fluor u vodi iz vodovoda ponaša se kao stalni 'pribor za popravak' zuba.
- Djeca koja žive u područjima gdje se vrši fluorizacija vode u Viktoriji imaju znatno manje problema s kvarenjem zuba u odnosu na djecu koja živa na područjima gdje se ne vrši fluorizacija vode.

## Fluorizacija vode pomaže da se spriječi bol i patnja

- Fluorizacija vode pomaže da se spriječi kvarenje zuba, što ljudima stvara bol i patnju. Jako pokvareni zubi mogu utjecati na izgled osobe, samopouzdanje, odnose s drugima i mogućnost konzumiranja i žvakanja hrane. Ako dijete izgubi mliječne zube prerano zbog karijesa, možda će kasnije biti potrebno liječenje kod ortodonta kako bi se ispravio položaj stalnih zuba.

## Fluorizacija vode je korisna svima

- Fluorizacija vode pomaže da se zaštitite zubi od kvarenja kod svih ljudi, bez obzira na dob, od male djece do starih ljudi.
- Fluorizacija vode je pravedan način da se omogući korisni učinak fluora svima, bez obzira na dob, školovanost ili prihode.
- Fluorizacija vode je najučinkovitiji način smanjenja kvarenja zuba kod ljudi.

## Fluorizacija vode je pouzdan i učinkovit postupak

- Znanstveni dokazi podupiru fluorizaciju vode kao pouzdan i učinkovit način da se cijeli život zaštitite zubi od kvarenja.
- Fluorizaciju vode podupiru mnoge svjetske organizacije, kao što su Svjetska zdravstvena organizacija, Svjetska zubna federacija, Vijeće za nacionalno zdravlje i medicinska istraživanja, Australaska zubna udruga, Australaska medicinska udruga i Australaska udruga za javno zdravlje.
- Neki su ljudi zabrinuti da fluorizacija vode može prouzročiti ozbiljne probleme, kao što su rak, lomovi kostiju, defekti kod novorođenčadi, Alzheimerovu bolest ili alergiju. Najbolji znanstveni dokazi ne povezuje fluorizaciju vode ni s jednom od tih pojava.

## Većina Australaca pije fluoriziranu vodu

- Većina Australaca pije fluoriziranu vodu već više od 30 godina. Svaki glavni grad u Australiji, osim Brisbanea, ima fluoriziranu vodu.
- Više od tri četvrtine stanovnika Viktorije ima vodu koja prirodno sadrži fluor ili je fluor dodan u vodu.

## Fluorizacija vode ne mijenja okus ni miris vode

- Fluor nema ni okus ni miris, pa fluorizacija neće promijeniti okus ni miris pitke vode.

## Dentalna fluoroza

- Dentalna fluoroza je stanje koje se ponekad pojavljuje kod male djece koja imaju previše fluora. Obično se pojavljuje u obliku tankih biserno-bijelih crta ili pjega na zubima i jedva je vidljiva.
- Dentalna fluoroza se ne pojavljuje nakon potpunog formiranja zuba i ne utječe na funkciju zuba.
- Dentalna fluoroza ne utječe na zdravlje i dobrobit djeteta.
- Tablete fluora i zubna pasta s jakim fluorom (full strength fluoride tooth paste) sadrže veliku količinu fluora i mogu dovesti do dentalne fluoroze kod male djece. Bez obzira imate li fluoriziranu vodu ili ne, potrebno je:
  - naučiti djecu da ne gutaju pastu za zube
  - djeci do 18 mjeseci prati zube vodom bez paste. Zdravstveni stručnjak može preporučiti djeci do 18 mjeseci pastu za zube s malom količinom fluora.
  - djeci od 18 mjeseci do pet godina starosti staviti na četkicu pastu za zube s malim sadržajem fluora u količini zrna graška i razmazati je po četkici. Zdravstveni stručnjak može preporučiti korištenje standardne paste za zube s fluorom djeci u toj dobi
  - nakon šeste godine koristiti standardnu pastu za zube s fluorom
  - prestati koristiti tablete, kapi ili bombone s fluorom, bez obzira da li je voda fluorizirana ili ne.