

# FLUORINNHOLD I VATNET

## KONTAKT OSS

Åseral kommune har ansvar for å  
gjøre informasjon til kommunen sine  
innbyggjarar om tilhøve som kan  
påverke innbyggjarane si helse.  
Kontakt oss viss du har fleire  
spørsmål om fluorinnhald i vatn.

### E-POST

[post@aseral.kommune.no](mailto:post@aseral.kommune.no)

### TELEFON

38285800

### INTERNETT

[www.aseral.kommune.no](http://www.aseral.kommune.no)



## FOR HØGT FLUORINNHOLD I VATN KAN SKADE TENNER OG SKJELETT

Ansvarlege for drikkevatt i Åseral kommune tilrår at dei som får drikkevatt frå ein borebrønn å måle fluorinnhaldet i vatnet.

### FLUOR ER NATURLEG

Fluor eller fluorid som det egentlig heiter, er ikkje bare noko som finnast i tannkrem eller fluortablettar. Stoffet førekjem og i berggrunnen og vatn i varierende mengd. Dit kan stoffet ha kome gjennom naturlege prosessar. I nokre høve, i sentrale strøk, kan og industriutslepp gje høge verdjar. Det er lite relevant i Åseral. Fluor løysast opp i grunnvatnet i mange område, og slikt vatn er ein av våre viktigaste kjelder til fluor, som er naudsynt for skjelettet og sunne tenner. Fluorinnhaldet i overflatevatn er til vanleg mindre enn 0,05-0,1 mg / l. I grunnvatn kan fluoridinnhaldet variere med opptil fleire milligram per liter.

### FOR STORE MENGDER FLUOR KAN VÆRE SKADELEG

Både for lite og for mykje fluor gir helseproblem, og den optimale dosen ligg i eit smalt område mellom 0,5 og 1,5 milligram per liter. Fluor i moderate mengder førebygg tannråte (karies). I større mengder vil fluor kunne gje misfarging og skade på tannemalje, og skadeverknader på skjelettet. Det er derfor utarbeidd norske retningslinjer for bruk av fluorhaldig drikkevatt i høve til verknader på tenner og helse.

### DET ER ENKELT Å MÅLE

Mengda fluor i vatnet varierer frå område til område. Åseral kommune rår derfor til at alle som får vatn frå ein borebrønn måler fluorinnhaldet i vatnet. Dette kan gjerast ved å sende inn ei vassprøve til eit laboratorium som analyserar fluorinnhaldet i vatnet. Det er mulig å gjere tiltak for å redusere fluorinnhaldet i vatnet om ein skulle påvise høge verdjar. Metoden absorpsjon brukast for å fjerne fluor.

### TOLKING AV PRØVESVAR

Nedanfor står eit oversyn over korleis ulike fluorverdjar påverkar helsa:

**0-0,5 MG/L** - Ingen synleg verknad på tennene, eller nokon kjent verknad på kroppen. Fluortablettar og fluortannpasta kan brukast som vanleg.

**0,5-1,0 MG/L** - Gir vern mot tannråte, og ingen skadeverknader er påvist. Fluortablettar bør ikkje nyttast.

**1,0-1,5 MG/L** - Gir vern mot tannråte, og ingen skadeverknader er påvist. Fluortablettar bør ikkje nyttast, heller ikkje fluortannpasta..

**1,5-3 MG/L F** - Gir vern mot tannråte, men omtrent halvparten av barna vil få tannflekkar. Ingen kjente helseskader elles. Tannflekkar kan redusert eller unngåast ved bruk av fluorfattig vatn i spedbarnsmaten.

**3-6 MG/L F** - Førekost av tannflekker aukar, og tennene blir meir skøyre og mindre motstandsdyktige. Gravide og ammande, samt barn under 7 år bør begrense bruken av dette vatnet.

**OVER 6 MG/L F** - Fluorinnhaldet er skadeleg for tennene, og moglege helseskader kan oppstå. Slikt vatn bør ikkje brukast til drikke.

NB! Innbyggjarar som får vatn frå offentlege vassverk, treng ikkje å måle fluorinnhald i vatnet. Det kommunale vatnet i Åseral held krava til tillate fluorinnhald.

