

## Fluor i Tandvården

Gäller för: Tandvårdscentrum

### Innehållsförteckning

1	Inledning.....	2
1.1	Definition.....	2
2	Utredning.....	2
	Riskfritt vid rätt användning.....	2
	Ovanligt med förgiftning.....	2
3	Behandling.....	3
3.1	Prevention.....	5
4	Referenser.....	5

# 1 Inledning

## 1.1 Definition

### Fluorens verkningsmekanismer

- Fluor hämmar upplösningen av tandens mineral vid pH-sänkning och underlättar remineralisering vid neutralt pH.
- Fluor har en hämmande effekt på bakteriernas syraproduktion.
- Fluorens koncentration i plack och saliv är av avgörande betydelse för att remineralisering ska ske.
- Fluor minskar sensibiliteten på känsliga tandytor.

### Allmän Fluorkunskap

- Fluor (F) är ett vanligt grundämne.
- Fluor är mycket reaktivt och förekommer inte i fri form.
- Fluor kan lösas i vatten. Allt vatten innehåller fluor.
- Fluor försvinner inte ur vattnet vid kokning
- Fluor tillförs via dricksvattnet, livsmedel, luft och tandvårdsprodukter.
- 99 procent av kroppens fluor finns i emalj och ben.

# 2 Utredning

### Risikfritt vid rätt användning

Om man använder medel med fluor enligt rekommendation eller som anges på förpackningen finns ingen risk för biverkningar eller förgiftning. De preparat som används inom tandvården eller säljs på apotek innehåller mycket lite fluor i jämförelse med de mängder som krävs för att få förgiftningssymtom.

### Ovanligt med förgiftning

Precis som av många andra ämnen kan man få förgiftningssymtom och riskera hälsan om man får i sig för stora mängder fluor. Men det är ovanligt med förgiftningsfall med fluor, och därför är kunskaperna om vilka mängder som framkallar symtom begränsade.

Det har angetts att om ett barn får i sig 5-15 milligram fluor per kilo kroppsvikt ger det förgiftningssymtom. Beräknat på en ettåring som väger tio kilo skulle det innebära 50-150 milligram fluor, vilket motsvarar ungefär 1-3 tuber fluortandkräm eller 200-600 fluortabletter.

Misstänker man fluorförgiftning ska man ringa Giftinformationscentralen på telefonnummer 010-456 67 00, eller uppsöka läkare.

Länk till giftinformationscentralen

<https://giftinformation.se/>

### Livsmedelsverkets anvisningar vid hög fluorhalt.

Livsmedelsverket ansvarar för " Råd om enskild vattenförsörjning (se länk nedan), som ger anvisningar vid hög fluorhalt.

I Rikshandboken Barnhälsovård ges bra formulerade råd som bygger på Livsmedelsverkets råd. (se länk nedan),

<https://www.rikshandboken-bhv.se/halsa-och-utveckling/tander/fluor/>

## 3 Behandling

### Basprofylax "till alla"

- Barn 0-2 år. Fluortandkräm 1000ppm F, ytterst lite (smear) vid tandborstning två gånger/dag.
- Barn 2-6år. Fluortandkräm 1000ppm F, liten mängd, stor som barnets lillfingernagel vid tandborstning två gånger/dag.
- 7år- vuxen. Fluortandkräm 1500 ppm F, ca två cm lång sträng på tandborsten två gånger dagligen.

### Tilläggsprofylax och behandling

Fluorsköljning 0.05%( 6-12 år) och 0,2 % (för vuxna och barn över 12 år) med 10 ml lösning i 1 minut.

- Ger hög koncentration i hela munhålan.
- Ger minsta toxikologiska belastningen.
- Ställer krav på samarbetsförmågan. Testa om det fungerar!
- Bra effekt även om man bara klarar att skölja 30 sek.
- Sköljning två gånger per dag vid hög kariesrisk och hög kariesaktivitet.

### Fluortabletter och fluortuggummi

- Fluortabletter: 0,25 mg, 0,50 mg, 0,75 mg
- Fluortuggummi: 0,25 mg

Max dos för vuxna fluortabletter/fluortuggummi 1,5 g/dag.

Fluortabletter och fluortuggummi har sämre effekt än fluorsköljning och högfluortandkräm och har samtidigt nackdelen att all fluor sväljs ner. Produkterna kan dock rekommenderas annan mer effektiv fluortillförsel inte fungerar och då patienten är muntorr.

## Dosering

Ålder	Rek. fluordos per dag (mg)	Antal tabl. à 0,25 mg
3-6 år	0,50	2
7-12 år	0,75	3
>12 år/vuxna	1,50	6

## Högdos fluortandkräm

- Duraphattandkräm 5000ppm F (från 16 år)

Enligt fabrikanten kan tandkrämen användas från 16 års ålder. Denna rekommendation beror på att tandkrämen ej är testad på yngre personer. Det är möjligt att använda Duraphat tandkräm på ungdomar från 12 år om man är säker på att de förstått hur den skall användas.

## Fluorgel

- Fluorgel 0,2 % eller 0,42 %.
- Används i individuella mjukplastskenor.
- Gelen sköljs bort efter behandling.

## Fluorlack

- Duraphat (2,26 % F).
- Fluorprotector S (0,1 % F), smak och luktfri.
- Profluorid varnish (2,26 % F), dokumentationen för den kariesförebyggande effekten är bristfällig. Kan användas som ett

komplement vid kariesprevention och kariesbehandling.

Indikation: hypersensibla tänder.

- Bifluorid 12 (5,6 % F).

Av dessa fluorlack är Duraphat det mest väldokumenterade och har visat sig ha god kariesförebyggande effekt både i den primära och permanenta dentitionen.

För fluorlack med 2,26 % F gäller följande doseringar:

- För primära bettet max 0,25 ml (=5,7 mg fluor).
- För växelbettet max 0,40 ml (=9 mg fluor).
- För permanenta bettet max 0,75 ml (=17 mg fluor).

De angivna värdena överskrids inte om lacket appliceras i ett tunt skikt på riskområden i bettet. (ett kryddmått är 1 ml)

### 3.1 Prevention

**Fluorlackning för att förebygga karies:**

- appliceringen upprepas i vanliga fall var sjätte månad, men vid behov kan applicering ske oftare (var tredje månad).

**Fluorlackning för att minska känsligheten i mycket känsliga tänder:**

- appliceringen upprepas 2–3 gånger inom några dagar. Dessutom är det bra att använda tandkräm som är avsedd för känsliga tänder

## 4 Referenser

Tandvårdens Läkemedel 2018-2019

Livsmedelsverket ”Råd om enskild vattenförsörjning”

Rikshandboken Barnhälsovård

**Giltig fr.o.m:** 2019-06-13  
**Giltig t.o.m:** 2021-02-21  
**Identifierare:** 66561  
**Fluor i Tandvården**



**Vid upptäckt av felaktig information eller länk, vänligen meddela  
faktaägare**