



Dr. med. Petra Bracht - „Gesund - Natürlich“

Bad Homburg, den 14. Oktober 2014

Vorsicht Fluor!

So titelte Dr. med. M. O. Bruker bereits 1984 sein Buch zu diesem Thema! Dreißig Jahre später wird es immer noch kontrovers diskutiert. Obwohl die Fakten immer deutlichere Worte sprechen.

Fluor, meist als Fluorid eingesetzt, ist für den Menschen eine eher eine giftige Substanz. Der Spielraum zwischen harmlos und toxisch ist sehr schmal. Es fällt in großen Mengen beispielsweise bei der Herstellung von Aluminium an. Anders als die meisten Menschen glauben, handelt es sich bei Fluor nicht um ein essentielles Spurenelement, das der Mensch zum Überleben braucht. Auch nicht um seine Zähne vor Karies zu schützen, was das Argument dafür ist, es Zahnpasten in Form von Fluoridverbindungen zuzufügen.

Dazu kam es weil 1940 eine Studie aus den USA besagte, dass Karies eine Fluormangelerkrankung sei. Die daraufhin durchgeführte jahrzehntelange Trinkwasserfluoridierung beispielsweise in Basel wurde gestoppt, da kein Rückgang der Karies im Vergleich zu nicht fluoridierten Trinkwässern in anderen Städten verzeichnet wurde. Die Karieshäufigkeit nimmt in den letzten Jahren zwar ab. Aber nicht wegen der Gabe von Fluor sondern wegen der ständigen Aufklärung in den letzten zehn bis zwanzig Jahren über Zahnhygiene und eine immer bewusstere Ernährung.

Fluor kann nicht unerhebliche Schäden im menschlichen Körper verursachen. Die Fluoride lagern sich in Knochen und Zahnschmelz ein und machen den Zahnschmelz und die Knochen dadurch härter. Deshalb werden Sie auch als Medikamente bei Osteoporose eingesetzt. Aber gleichzeitig verlieren diese dadurch ihre Elastizität, was zu einer erhöhten

Bruchgefahr von Zähnen und Knochen führen kann.

Etwa 15 Prozent der deutschen Kinder haben eine „Fluorose“. Dies sind weiße bleibende Flecken im Zahnschmelz aufgrund zu hoher Aufnahme von Fluoriden durch Fluortabletten, die den Kindern in den ersten Lebensjahren verordnet werden und durch Zahncremes, die Fluoride enthalten. Insbesondere deren Dosierung wird schon seit einigen Jahren zwischen Zahnärzten und Kinderärzten kontrovers diskutiert. Wäre eine Nutzen-Risiko-Analyse gesichert, hätte sich schon lange ein Konsens gefunden.

Fluorverbindungen führen zu einer vorzeitigen Verkalkung der Zirbeldrüse, was beispielsweise zu einer verminderten Melatoninbildung führen kann. Melatonin ist unser Schlafhormon, das wir in ausreichenden Mengen benötigen um einen erholsamen Schlaf zu bekommen. Weiterhin geht man davon aus, dass dieses toxische Element und seine Verbindungen die Blut-Hirnschranke öffnen kann, so dass diese wichtige Schutzfunktion seinen Aufgaben nicht mehr optimal nachkommen kann.

Zum Glück ist in Deutschland das Trinkwasser noch nicht fluoridiert. Allerdings ist der Fluoridgehalt in der Umwelt aufgrund der ständigen Fluoridverschmutzung anscheinend so hoch wie noch nie. Dies alles stellt fluoridhaltige Zahncremes und die Verordnung von Fluortabletten für Kinder in Frage.

Ihre

Dr. Petra Bracht

