



## Diskussion um Fluorid

### *Diskussion um Fluorid*

Im Internet geht es beim Thema Fluorid hoch her. Das Spurenelement vergifte den Körper und es sei eine der größten Gesundheitslügen. Befeuert werden diese Aussagen durch Beispiele wie das einer 47-jährigen Britin, die mit zerbröckelten Zähnen, Rückenschmerzen und weiteren Beschwerden sogar ins Krankenhaus musste. Nach etwas Rätseln kamen die Ärzte auf die Ursache diese Beschwerden. Die Frau hat fast zwei Jahrzehnte lang exzessiv Tee getrunken und zwar mehrere Kannen schwarzen Tee pro Tag. In diesen Kannen befanden sich jedoch nicht wie gewöhnlich ein bis zwei Teebeutel, sondern 100 bis 150 pro Kanne. Das im Tee enthaltene Fluorid war letztendlich der Auslöser für die Beschwerden.

Das Beispiel der Britin ist aber kein Beispiel für die Schädlichkeit des Fluorids, welches sich ja auch in Zahnpasten befindet und von Zahnärzten bei der Zahnpflege ausdrücklich empfohlen wird. "Wie bei jedem Wirkstoff gilt auch bei Fluorid der Ausspruch von Paracelsus: Die Dosis macht das Gift", erläutert Kristina Varga, Zahnärztin und Spezialistin für Implantate und Ästhetische Zahnheilkunde in Hanau. Die unbegründete Angst vieler Menschen vor Fluorid beruht sicherlich zum Teil auf Missverständnissen. Fluoridverbindungen bestehen aus verschiedenen Substanzen wie Natrium, Kalzium und Fluor. Als reines Element ist Fluor in der Tat giftig. Doch beim Fluorid verhält es sich wie beim damit verwandten Kochsalz. Als Einzelelement ist Chlor giftig. Die Verbindung der Grundsubstanzen Natrium und Chlor hingegen ist lebensnotwendiges Salz (Natriumchlorid). Die Mengen von Fluorid, welche sich in Zahnpasten, Salz oder Wasser befinden, sind so gering, dass eine "Vergiftung" überhaupt nicht stattfinden kann. So liegt beispielsweise der Fluoridanteil bei Zahnpasten für Erwachsene bei höchstens 0,15 Prozent und bei Kinderzahnpasten bei höchstens 0,05 Prozent. Die europäische Lebensmittelbehörde Efsa empfiehlt eine Aufnahme von 0,05 Milligramm Fluorid pro Kilogramm Körpergewicht. Experten gehen davon aus, dass diese Menge in Deutschland nicht einmal erreicht wird.

Erfolgsgeschichte des Fluorids wissenschaftlich belegt

In richtigen Mengen ist Fluorid besonders wertvoll für die Zahngesundheit. Fluorid lagert sich in der Zahnschmelze ein und härtet den Zahn. Neuere Studien belegen sogar, dass durch Fluorid Bakterien nicht mehr so gut auf den Zähnen haften können. Das verhindert Zahnbelag (Plaques) und in der Folge Karies. Durch moderne Zahnpasten, die Fluorid enthalten, lassen sich bis zu 40 Prozent aller Kariesfälle verhindern. Die Tatsache, dass hierzulande statistisch gesehen immer weniger Menschen an Karies leiden, ist unter anderem auf das Spurenelement Fluorid zurückzuführen. Laut Bundeszahnärztekammer existieren über 300.000 Untersuchungen, die keine Hinweise darauf enthalten, dass bei sachgemäßer Einnahme eine Gesundheitsgefährdung von Fluorid ausgeht. Für Fluorid spricht also deutlich mehr als dagegen. Bei sachgemäßer Einnahme sind Fluoride hervorragender Kariesschutz, auf den niemand verzichten sollte.

## Pressekontakt

Kristina Varga

Frau Kristina Varga  
Friedrich-Ebert-Anlage 11a  
63450 Hanau

zahnarzt-hanau.net  
kontakt@zahnarzt-hanau.net

## Firmenkontakt

Kristina Varga

Frau Kristina Varga  
Friedrich-Ebert-Anlage 11a  
63450 Hanau

zahnarzt-hanau.net  
kontakt@zahnarzt-hanau.net

Es versteht sich von selbst, dass Sie bei uns nach allen Regeln der medizinischen Kunst versorgt werden. Doch darüber hinaus ist für uns ein weiteres Ziel zentral: Wir möchten, dass Sie sich bei uns auch wohlfühlen. Dass Sie nicht nur von den Ergebnissen der Behandlung überzeugt sind, sondern auch von der Art und Weise, wie wir diese Ergebnisse gemeinsam mit Ihnen bewerkstelligen. Dass Sie gern zu uns kommen und bei uns sind.

Leistungsspektrum:

Prophylaxe  
Parodontitis-Behandlung  
Wurzelkanal-Behandlung  
Zahnersatz  
Implantologie  
Bleaching  
Veneers  
Inlays  
Kunststofffüllungen