

FLUOR

Im Bild: Ein Fluorit-Kristall

Ein Artikel von Kristina Peter

vom Gift zum Spurenelement

Einst als Ratten- und Mäusegift im Einsatz, wird es heute menschlichen Säuglingen in Form von Tabletten⁽¹⁾ verabreicht, in Zahncremes, Mundwässer und ins Speisesalz gemischt und – je nach Region – sogar schon ins Trinkwasser. Die Rede ist von Fluor⁽²⁾! Offiziellen Behauptungen zufolge soll es die Zähne härten, so dass diese fortan gegen zuckrige Angriffe immun sind. Doch wurde diese Behauptung – wie auch die Unschädlichkeit von Fluor – je in unabhängigen wissenschaftlichen Studien zweifelsfrei bewiesen? Und ist Karies überhaupt auf einen Fluormangel zurückzuführen? Oder gibt es vielleicht wesentlich tauglichere Methoden, um Zähne zu schützen, Methoden, die darüber hinaus auch noch unbedenklich, effektiv und frei von Risiken und Nebenwirkungen sind?

Traue keiner Statistik, die du nicht selbst manipuliert hast!

Zwar müssen zahlreiche „wissenschaftliche Studien“ und Statistiken als „Beweise“ für die angebliche Wirksamkeit von Fluor herhalten, die meisten davon sind allerdings „so repräsentativ“, dass es der amerikanische Berufsstatistiker und Mathematiker Dr. Arnold einst folgendermaßen auf den Punkt brachte: »Die von den Befürwortern der Kariesprophylaxe⁽³⁾ mit Fluor⁽²⁾ vorgelegten *Erfolgsstatistiken* verwende ich in meinen Vorlesungen als Anschauungsmaterial dafür, wie Statis-

tiken auf keinen Fall gemacht werden dürfen.«

Was Fluor auslösen kann...

Nichtsdestotrotz sind Fluoride in der Tat wirksam – doch härten sie leider nicht nur die Zähne (sofern dies überhaupt als Vorteil gewertet werden kann), sondern lösen vor allem verschiedene Symptome aus (bzw. verschlimmern sie), gegen die Karies noch harmlos anmutet, Symptome, die denjenigen der heutigen Zivilisationskrankheiten haargenau gleichen: Allergien, Herz- und Kreislauferkrankungen, Arterienverkalkung, Bluthochdruck, Throm-

(1) (Fluorid)-Tabletten: Tabletten (z.B. „Fluorette“), die hauptsächlich aus Natriumfluorid bestehen, einer Verbindung aus dem chemischen Element Fluor und dem Metall Natrium. Diese Tabletten werden als Nahrungsergänzungsmittel vor allem für Kleinkinder empfohlen.

(2) Fluor: Chemisches Element, das zusammen mit Chlor, Brom und Jod zur Gruppe der **Halogene** (= Salzbildner, zu gr. hals = Salz und der Nachsilbe „-gen“ zu lat. generare = hervorbringen, erzeugen) gehört. In der Natur kommt es besonders als Calciumfluorid (=Fluss-Spat) vor. In der Steinkunde kennt man Fluss-Spat als durchscheinenden, oft in allen Regenbogenfarben schimmernden Stein, der vor allem bei Erkrankungen der Knochen und der Zähne zum Einsatz kommt.

Fluorid: Salz des Fluors. Fluor gehört zur Gruppe der Salzbildner, weil es mit Metallen (z. B. Natrium oder Calcium) gerne Verbindungen eingeht. Diese Verbindungen nennt man Salze.

(3) Kariesprophylaxe: Vorbeugung gegen Karies, zu gr. phylakos: Wächter.

boßen⁽⁴⁾, Schlaganfälle, Erkrankungen des Knochensystems wie Arthritis⁽⁵⁾ und Osteoporose⁽⁶⁾, Erkrankungen der Leber und der Nieren, rheumatische Erscheinungen, Muskel-, Gelenk-, Bein- und Rückenschmerzen. Selbst Missbildungen bei ungeborenen Kindern können durch Fluoride ausgelöst werden. Die Erscheinungen sind conterganähnlich⁽⁷⁾, mit Hasenscharte⁽⁸⁾, Kropf und Gaumenspalten⁽⁹⁾.

Fluoride sind Enzymgifte⁽¹⁰⁾

Fluoride vernichten die Enzyme⁽¹⁰⁾ im menschlichen Körper, die dafür sorgen (sollen), dass alle Stoffwechselfvorgänge wie vorgesehen ablaufen.

Sagt man nun Fluor oder Fluorid?

„Sagen Sie niemals Fluor! Das kennen die Leute als Rattengift. Sagen Sie Fluorid, das klingt harmloser!“

So der amerikanische Gesundheitsbeamte Bull, Einpeitscher der Fluoridierung in Wisconsin (USA), als er seinerzeit seine Kollegen belehrte.

Dieser Tip wurde von den deutschen Fluorbefürwortern übernommen. Heutzutage werfen sie den „unwissenden“ Fluorgegnern vor, ständig die Begriffe Fluor und Fluorid durcheinander zu werfen und versuchen auf diese Weise, jede Diskussion im Keim zu ersticken. Doch in Wirklichkeit werden zur Fluormedikation nicht nur Fluoride verwendet, sondern auch andere Fluorverbindungen. Folglich wäre es sogar korrekter „Fluor“ zu sagen. Handelt es sich bei diesem Verhalten nun um eine gewisse Spitzfindigkeit, die den „Gegner“ verwirren soll? Oder gar um einen Beweis für mangelnde Kompetenz gewisser der „Fluorisierer“?

Ungefährlichkeit noch immer nicht bewiesen

Aus diesem Grunde wartet man noch heute auf den Nachweis der „hundertprozentigen Unbedenklichkeit“ von Fluoriden. Keiner derjenigen Wissenschaftler, die immer wieder die Harmlosigkeit dieses offensichtlich enzymgiftigen betuern, konnte diese auch beweisen – zumindest nicht auf ehrliche Art und Weise! Doch Ehrlichkeit gehört in der „Fluorszene“ allgemein nicht gerade zu den ausgeprägtesten Tugenden, wie die nachfolgende Geschichte leider zeigt:

Aktenzeichen XYZ



Ein Mann wird der „kriminellen Betätigung rund um die Uhr“ bezichtigt. In Presse, Funk und Fernsehen werden seine „Untaten“ mit großen Schlagzeilen unters Volk gebracht. Die Steuerfahndung erhält anonyme Anzeigen. Ebenfalls anonym schreibt man seine Patienten an, damit sie künftig einen großen Bogen um seine Praxis machen. Die einst gut gehende Zahnarztpraxis gerät in die roten Zahlen. Man setzt Privatdetektive ein, die sowohl den Übeltäter als auch dessen Familienangehörige und Bekannte beschatten. Im großen Stil werden Hausdurchsuchungen und Beschlagnahmungen durchgeführt. Die Mutter des Mannes wird aufgrund permanenten Telefonterrors in schwere Krankheit getrieben. Ein naher Bekannter des Täters wird massiv unter Druck gesetzt, damit er gegen den Angeklagten aussagt. Er weigert sich. Kurz darauf findet man den kleinen Sohn des Bekannten blutüberströmt auf ei-

ner verkehrsstillen Straße. Die langjährige Mitarbeiterin des betreffenden Zahnarztes wird von unbekanntem Männern überfallen und so lange traktiert bis sie einsieht, dass es am besten ist, ihre Arbeit in des Täters Praxis aufzugeben. Ihm selbst lässt man in regelmäßigen Abständen Morddrohungen angedeihen.

(4) Thrombose: Im Gefäßsystem (Adern) des lebenden Organismus entsteht durch Blutgerinnung ein Blutpfropf, der die Blutströmung örtlich verlangsamt oder ganz zum Erliegen bringen kann. Gelangt solch ein Blutpfropf in die Lunge, kommt es zur Embolie, was sich in Atemnot bis hin zum plötzlichen Erstickungstod äußern kann. Im Gehirn löst solch ein Pfropf einen Schlaganfall aus.

(5) Arthritis: Sammelbezeichnung für entzündliche Gelenkkrankheiten. Zu gr. arthron = Gelenk; die Endung „-itis“ bezeichnet immer eine Entzündung.

(6) Osteoporose: Knochenschwund und Brüchigkeit durch Entkalkung, zu gr. osteon: Knochen und poros: Durchlässigkeit.

(7) Contergan: Unter diesem Namen war das Schlaf- und Beruhigungsmittel Thalidomid im Handel, das in den Jahren 1958 bis 1963 zu schweren embryonalen Missbildungen geführt hatte. Besonders wenn während der ersten Schwangerschaftswochen (25.- 44. Tag) Contergan eingenommen wurde, entstanden Fehlbildungen im Bereich der Gliedmaßen, des Herzens, der Geschlechts- oder Verdauungsorgane oder auch der Lunge. 6000 bis 8000 Kinder waren seinerzeit betroffen und etwa ein Drittel dieser Kinder kam tot zur Welt oder starb bald nach der Geburt.

(8) Hasenscharte: angeborene Fehlbildung der Lippe.

(9) Gaumenspalte: auch Wolfsrachen genannt. Die Oberlippe ist bis zum Gaumen gespalten, wobei das Neugeborene große Probleme bei der Nahrungsaufnahme und später bei der Sprachentwicklung hat.

(10) Enzyme: (wurden früher Fermente genannt) von lebenden Zellen gebildete Eiweißstoffe, die für den Stoffwechsel unentbehrlich sind. Zu ihren Aufgaben gehört es, die Zellversorgung zu gewährleisten, giftige Stoffe zu entfernen oder abzubauen, andere Stoffe wie z. B. Fett aus den körpereigenen Depots zu mobilisieren und diejenigen Prozesse zu beschleunigen, die zur Energiegewinnung nötig sind. Enzyme ermöglichen einen raschen Ablauf dieser Reaktionen bei niedrigen Temperaturen in wässrigem Milieu. Zu gr. zyme = Sauerteig und en-zyme = im Sauerteig. Enzyme wurden zum ersten Mal im Sauerteig entdeckt und deshalb nach ihm benannt.



Gesunde Milchzähne sind Garant für die Entwicklung von ebenso gesunden Zweiten Zähnen. Ob synthetisches Fluor aus dem Labor dafür notwendig ist, darf angezweifelt werden. Laut der Deutschen Gesellschaft für Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde (DGZMK) sollten Kinder innerhalb ihrer ersten 2 1/2 Jahre mindestens drei Zahnarzttermine wahrnehmen. Ein Grund sei die Früherkennung von Karies und die kompetente Beratung der Eltern. Hauptziel jedoch sei, dass das Kind eine vertrauensvolle Beziehung zum Zahnarzt entwickeln und das Wartezimmer kennen lernen könne.

Welche Greuelthat, glauben Sie, hat dieser Mann begangen? Welches Kapitalverbrechen muss er verübt haben, damit derlei Methoden gerechtfertigt erscheinen? Mord? Entführung? Ist er gar Mitglied einer terroristischen Vereinigung?

Die unglaubliche Geschichte des Herrn Dr. Knellecken

Der besagte Mann hieß Dr. Eduard Knellecken – und das war sein „Verbrechen“: Er sorgte Mitte der 70er Jahre als Vorsitzender der Kassenzahnärztlichen Vereinigung Nordrhein u. a. für die Verbreitung von Infoschriften mit folgendem Inhalt: »Lassen Sie sich nicht von der Zuckerindustrie verdummen. Zucker ist nicht gesunde Energie und Freude, sondern Droge und Krankheit. Dagegen hilft auch Zähneputzen nichts.« Er plädierte für ein Verbot von Süßwaren und gezuckerten Getränken an Schulen, da deren Genuss der Gesundheit unserer Kinder schade und nichts anderem als dem Profit der Süßwarenindustrie diene.

Gesunde Menschen durch Aufklärung

Da aufgrund der immer weiter eskalierenden Kosten im Gesundheitssystem die Honorare der Ärzte ständig beschnitten würden und die Qualität der Gesundheitsvorsorge für den einzelnen Versicherten zu sinken drohe, hieß Knelleckens Ziel: Ehrliche Aufklärung der Bevölkerung! Deren daraufhin verändertes Ernährungsbewusstsein würde dann die Zahl der Kranken und auch die Schwere der Krankheiten so

stark senken, dass auf diese Weise auch die Krankenkassen enorm entlastet werden könnten. Dr. Knellecken war ein Mann, der Nägel mit Köpfen machte: Er ließ sich nicht nur mahnen über die Süßwaren- und Zuckerindustrie aus, sondern warnte genauso heftig vor dem Verzehr von Schweinefleisch, industriell hergestellter Wurst, gemästetem Kalbfleisch und vielem mehr. Die Wirkung war enorm.

Ohne Zucker keine Karies

Sowohl Zuckerverbrauch als auch Karies gingen zurück. Der Zucker- und Süßigkeitenabsatz sank in Nordrhein um rund 300 Millionen Mark pro Jahr. Spätestens jetzt dürfte jedem klar sein, dass Dr. Knellecken binnen kürzester Zeit nicht nur die gesamte Branche der Süßwarenindustrie (Wirtschaftliche Vereinigung Zucker, Bundesverband der Deutschen Süßwarenindustrie und Bundesverband der Deutschen Erfrischungsgetränke) am Hals hatte, sondern gleich die komplette Delegation der deutschen Ernährungsindustrie inklusive

Dieses Kindergebiss zeigt die so genannte „Nuckelflaschen-Karies“. Sie tritt bei Kindern auf, die ständig mit einem Saugerfläschchen oder Schnabelfläschchen ausgerüstet werden und daraus zuckerhaltige Getränken trinken.



der CMA (Centrale Marketinggesellschaft der Deutschen Agrarwirtschaft). Letztere sah sich verständlicherweise sofort dazu veranlasst, zum Schutze ihrer Mast- und Quälprodukte auszurücken.

Alle gegen Einen

Sofort bliesen all diese machtvollen Verbände und Vereinigungen unverzüglich zum Gegenangriff. Pressedienste und Werbeagenturen, Landeszahnärztekammern und andere zahnärztliche Vereinigungen, Hochschulen (Lehrstühle für Zahnheilkunde und solche für Ernährungswissenschaften), Ministerien und Behörden, das Bundesgesundheitsamt und alle Gesundheitsämter sowie zu guter Letzt natürlich die Pharmaindustrie wurden in höchstem Grade aktiviert, Dr. Knelleckens „abscheulichem“ Werken ein rasches Ende zu bereiten. Und damit begann für einen Mann von beispielloser Integrität, dem das Wohl der Patienten, der Kinder und das seiner Kollegen am Herzen lag, ein entsetzlicher Alptraum.

Korruption in den obersten Rängen

Ein Alptraum, den er ohne weiteres hätte verhindern können. Denn bevor sich die Mächtigen in die Eisen stemmten, um sein Leben zu ruinieren, legten die Obersten der Zuckerindustrie dem Zahnarzt nahe, das Motto seiner Aufklärungskampagne doch „geringfügig umzuformulieren“ und zwar in „Zucker ja,

denn umfassende Zahnpflege und Fluoride schützen vor Karies“. Knellecken lehnte jedoch ab und bezeichnete diese Aussage als unwahr. Das war sein „Todesurteil“.

Jeden Tag eine Tafel Schokolade!

Irgendwann viel später – als die Medien längst ein neues Opfer zerpflückten – wurde Dr. Knellecken frei gesprochen. Die Auswahl von Knelleckens Nachfolger fand nach strengen Kriterien statt⁽¹¹⁾: Dieser musste künftige Gesundheitskampagnen mit der Zuckerindustrie abstimmen. Zu diesem Zweck sollte er sich einmal jährlich mit dieser zusammensetzen, um einen Gedankenaustausch über die beiderseitigen Werbe- und PR-Maßnahmen vorzunehmen. Seine Vorliebe für Schokolade, wovon er täglich eine Tafel verzehre, was seinen Zähnen selbstverständlich in keinster Weise schade, verkün-

Vor allem Zucker lässt die gute Laune der Zähne schwinden.



dete Knelleckens Nachfolger regelmäßig in den Medien.

Keine Mühen wurden gescheut, um der Öffentlichkeit begreiflich zu machen, dass Zucker weder der Gesundheit im Allgemeinen und schon gar nicht den Zähnen schaden könne – solange man sich alltäglich gründlich fluoridiere. Der Absatz von Zucker und Süßwaren erreichte daraufhin ungeahnte Spitzenwerte.

Limonaden können einfach selbst gemacht werden, ohne Zucker und ohne künstliche Aromen: In einen Krug Wasser werden einige Stunden lang frische Blätter von Pfefferminze oder Zitronenmelisse gelegt. Die Blätter schließlich herausnehmen und in das nun „aromatisierte“ Wasser frisch gepressten Zitronensaft mischen. Mit Zitronen- oder Orangenscheiben garnieren und gut gelaunt servieren.



(11) Aus „Vorsicht Fluor“ von Dr. Max O. Bruker und Rudolf Ziegelbecke

(12) **prophylaktisch**: vorbeugend, als vorbeugende Maßnahme (zu griech. prophylaxis: Vorsicht).

Zahnfeind Nr. 1

Dass Zucker aber sehr wohl Zahnfeind Nr. 1 ist, dürfte vermutlich keinem so bewusst sein wie der Zuckerindustrie selbst. Denn schließlich hat sie über Jahrzehnte hinweg Millionen und aber Millionen in die Forschung gesteckt, in der unerfüllbaren Hoffnung, doch noch eine andere Ursache für Karies zu finden als immer nur Zucker, Zucker, Zucker. Die Gebete der Zuckerindustrie wurden allerdings nicht erhört. Es blieb dabei: (Fast) nichts anderes schafft Karies als Zucker – weißer, kristalliner, raffinierter Industriezucker.

Was könnte die Zähne vor Zucker schützen?

Nun suchte man fieberhaft nach einer Lösung. Es musste doch eine Möglichkeit oder irgendein Mittel geben, das die Zähne vor Karies schützen könnte. Eigentlich eine Idee, gegen die kaum etwas einzuwenden gewesen wäre. Stellen Sie sich vor, Sie könnten massenweise Süßes schlemmen, blieben gesund und weiterhin im Besitz Ihrer strahlend weißen Zähne. Nicht schlecht, oder? Trotzdem ließ sich dieser Wunsch in der Praxis nicht verwirklichen. Denn erstens werden vom Zucker nicht nur die Zähne geschädigt, sondern der gesamte Organismus. Und zweitens wurde trotz aller Millionen kein Mittel gefunden, das wirklich schützen konnte.

(13) Halogene: Salzbildner. Die Elemente Fluor, Chlor, Brom und Jod gehören in diese Gruppe und bilden mit Metallen (z. B. Natrium oder Calcium) gerne Salze. Zu gr. hals: Salz und lat. generare: hervorbringen, erzeugen.

(14) Toxizität: Giftigkeit. Zu gr. Toxon: Bogen, Pfeil, auch Pfeilgift.

Gift soll vor Zucker schützen

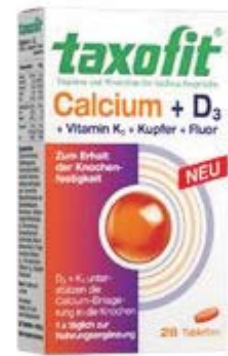
Was letztendlich als prophylaktisches⁽¹²⁾ Zahnschutzmittel ausgewählt, massiv beworben und in manchen Ländern sogar ins Trinkwasser gemischt wurde, so dass sich der Einzelne gar nicht dagegen wehren konnte, war kein Heilmittel. Es war Gift! Und das ist es bis heute geblieben! Trotzdem wird Fluor Kindern vom Säuglingsalter an in Form von Tabletten verabreicht, von Zahnärzten in Form einer Flüssigkeit direkt auf die Zähne aufgetragen und vom Verbraucher selbst in Form von fluoridierten Zahncremes, fluoridierten Mundwässern und fluoridiertem Speisesalz konsumiert.

Fluor ist...

...wie Chlor und Brom ein äußerst aggressives Gas von grün-gelber Farbe, welches in die Gruppe der Halogene⁽¹³⁾ gehört. In der Natur kommt es nie pur vor, sondern ausschließlich in Verbindung mit anderen Elementen. So bildet es beispielsweise mit Calcium Calciumfluorid und mit Natrium Natriumfluorid. Letzteres ist dann auch Hauptbestandteil der Fluor-tabletten.

Der Grad der Giftigkeit

Was die Giftigkeit angeht, so besitzt jede der existierenden Fluorverbindungen ihren eigenen Toxizitätsgrad⁽¹⁴⁾. Calciumfluorid zum Beispiel ist so gut wie überhaupt nicht wasserlöslich, weshalb es auch als eher „ungiftig“ gilt. Während Natriumfluorid sich sehr gut in wässrigen Flüssigkeiten – also auch im Blut – löst und deshalb ziemlich giftig ist.



Hier will man mindestens fünf Fliegen mit einer Klappe schlagen: Calcium, Vitamin D3, Vitamin K, Kupfer und Fluor in einem Kombipräparat. Falls es sich hier um Fluor in Form von Natriumfluorid handeln sollte, so wird dieses sich sobald wie möglich mit dem Calcium zusammenschließen und Sie haben dann weder was vom Calcium noch vom Fluor, sondern nur eine schwer lösliche Metallverbindung (= Salz), die sich irgendwo in Ihrem Körper ablagern wird.

Wertvolles Calcium: von Fluor „gefesselt und geknebelt“

Das Fluorid im Natriumfluorid ist an sein Natriummolekül nicht sonderlich fest gebunden. Es sucht eher die Gesellschaft von Calciummolekülen, mit denen es sich – sobald es welche gefunden hat – eifrig verbindet. Im Blut lebender Wesen finden Fluoride viel Calcium. So entstehen dort dann Calciumfluoride.

Allerdings war das Calcium im Blut ursprünglich für andere Aufgaben vorgesehen: So könnten wir ohne Calcium unsere Muskeln nicht bewegen, ohne Calcium könnten Giftstoffe in unsere Zellen eindringen und Säuren würden uns in den Tod treiben (denn Calcium neutralisiert sie und macht sie somit unschädlich). Doch nun wird unser wertvolles Calcium von den Fluoriden „gepackt“ und kann dann nicht mehr für unse-

ren Organismus arbeiten; es ist blockiert (Abb. A unten).

Die Folge ist Calciummangel!

Calciumfluoride werden – wenn man Glück hat – einfach ausgeschieden oder, wie in den meisten Fällen, irgendwo im Körper abgelagert, wo sie dann früher oder später für das eine oder andere Zwicken zuständig sind. Wenn aber der Calciumpegel im Blut sinkt, muss rasch für Nachschub gesorgt werden. Hierzu wird dann Calcium aus den Knochen und den Zähnen geholt. Chronischer Calciummangel mit all seinen Folgeerscheinungen ist dann nicht mehr fern: Osteoporose⁽⁶⁾ mit häufigen Knochenbrüchen, Wachstumsstörungen bei Kindern und – Karies!!

In lebendiger Nahrung steckt Fluor in bester Qualität und Menge

Aber keine Sorge, beruhigen da die Fluoridierungsexperten, die Dosis mache ja das Gift! Das leuchtet ein. Man futtert Fluor schließlich nicht maßlos in



Nüsse und Samenkerne sind ideale Quellen für das natürliche Spurenelement Fluor.

sich hinein. Doch wie bei allen so genannten Spurenelementen üblich – und dazu gehört auch Fluor – benötigt der menschliche Körper wirklich nur kleinste Spuren davon.

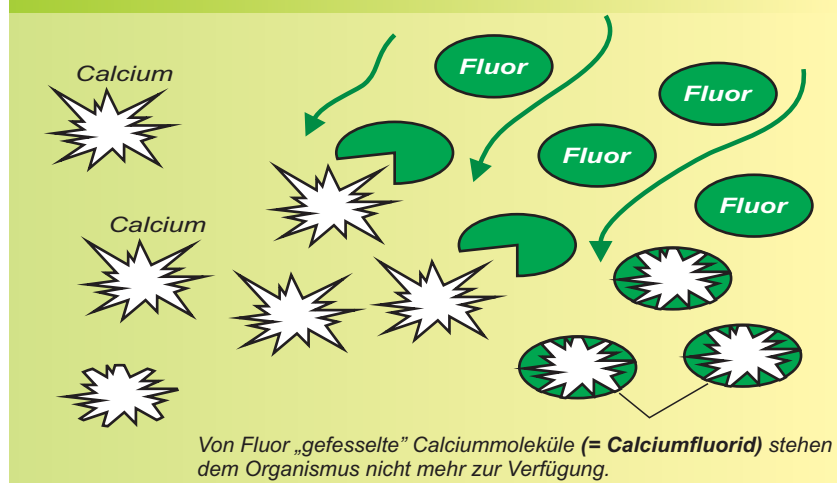
Diese lebensnotwendige minimale Dosis ist in Mandeln, Walnüssen, Radieschen sowie in Blattgemüsen und Wildpflanzen längst enthalten. Und zwar in der für den Körper optimal verwertbaren Form und in einer ausreichenden Dosis.

Synthetisches Fluor kann natürliches Fluor nicht ersetzen

Das Fluor im Natriumfluorid der Fluoridtabletten beispielsweise, also in einer synthetischen, durch chemische Prozesse hergestellten Form, hat jedoch nichts mit einem essentiellen Spurenelement zu tun, wie es natürlicherweise in den genannten Lebensmitteln vorkommt und hat im Organismus eine ganz andere Wirkung als eine im natürlichen Verbund eingebettete Substanz. Also könnte das künstlich hergestellte Fluorid das natürliche nicht einmal dann ersetzen, wenn man – aus welchen Gründen auch immer – mit der täglichen Nahrung wirklich nicht ein einziges fluoridhaltiges Molekül zu sich nähme.

Doch ist ja nicht die „Nichtwirkung“ des synthetischen Fluors als Spurenelement von Belang, sondern seine Wirkung als Gift – und die ist extrem ausschlaggebend!!

Abbildung A: Fluor hat die gefährliche Eigenschaft, Calcium an sich zu reißen!



Die Frage der Dosis – (k)ein Problem???

„Experten“ lieben es, mit wissenschaftlich klingenden Empfehlungen von der „optimalen Dosis“ hausieren zu gehen. Doch die Autoritäten sind sich – wie eigentlich immer – nicht nur nicht einig, die Errechnung von Mindest-, empfehlenswerter, maximaler bzw. giftiger Dosis erweist sich in der Praxis aus mehreren Gründen als schiere Unmöglichkeit.

Schlägt man in der Fachliteratur nach, wird man schnell fündig: 1,5 bis 4,0 Milligramm Fluorid täglich wird in der „großen Vitamin- und Mineralstoff-Tabelle“ des Gräfe-und-Unzer-Verlages als Richtwert für Erwachsene angegeben. Eindringlich wird darauf hingewiesen, dass die angegebene Obergrenze nicht über längere Zeit hinweg überschritten werden sollte – es sei denn unter ärztlicher Überwachung!!

Zur Errechnung dieses Wertes jedoch wird die Menge der täglich verzehrten Radieschen oder Pellkartoffeln von den Experten nicht mit einbezogen. Wie selbstverständlich gehen sie in ihrer Tabelle davon aus, dass der gesundheitsbewusste,

Radieschen als Fluorversorger sind genehmigt, obwohl man eigentlich konsequent alles meiden sollte, was klein und rund ist! Oder leide ich schon an Pillenverfolgungswahn? ☺



**Die Vergiftungszentrale
in Wien meldet etwa 2
bis 3 Fälle von Fluorid-
vergiftung pro Woche!**



in engem Verhältnis mit seinem Hausarzt lebende Leser seinen Fluorbedarf ausschließlich mit Fluoridtabletten, Salz und Trinkwasser decke.

Doch wie viel Fluor ist im Wasser enthalten? Mineralwasseretiketten geben oft Auskunft über den Fluoridgehalt des Flascheninhaltes, was nun das Leitungswasser angeht, so muss diesbezüglich das zuständige Wasserversorgungsunternehmen konsultiert werden.

Anschließend ist angeraten, sich mit Taschenrechner, Stift und Papier bewaffnet zurückzuziehen, um zu berechnen, wie weiter zu verfahren ist: Bei Fluoridgehalten unter 0,3 Milligramm pro Liter Trinkwasser nämlich sollte man – so heißt es im Expertenrat – zusätzlich etwa 1,0 Milligramm in Tablettenform zu sich nehmen. Wenn jedoch die Trinkwasserkonzentration 0,3 bis 0,7 Milligramm Fluorid pro Liter beträgt, ist diese Menge zu halbieren. Trinken Sie jedoch regelmäßig Wasser mit einem Fluoridgehalt von mehr als 0,7 Milligramm, wird von einer weiteren Fluoridzufuhr abgeraten. Die Frage stellt sich nun, woher die Experten wissen wollen, *wie viel* Wasser der Einzelne jeden Tag zu sich nimmt? Wasser wird ja nicht

nur als Durstlöscher verwendet. Es werden Suppen und Breie damit gekocht, Tee und Kaffee aufgebüht, Fertiggerichte zubereitet, Soßen angeführt usw. Dennoch wird in verantwortungsloser Weise davon ausgegangen, dass *ein jeder dieselbe* Menge Wasser schlucke.

Und noch ein weiteres Fragezeichen gesellt sich in die Runde: Wie viel Fluor in jenem Wasser enthalten ist, das als Grundlage für käufliche Getränke wie Bier, Säfte und Limonaden dient, weiß man nämlich noch lange nicht – und die Stichhaltigkeit jeglicher Berechnungen wird somit immer fraglicher.

Fluordosierung bei Kindern

Besonders spannend wird es, wenn Kinder mit zur Familie gehören. Diese sollen bis zum achten Lebensjahr nicht mehr als 0,1 Milligramm Fluorid pro Kilogramm Körpergewicht zu sich nehmen, da dies möglicherweise unangenehme Folgen haben könnte.

Fluorose: Fleckige und durchlöcherzte Zähne

Die Überschreitung dieser Dosis könnte während der Zahnentwicklung (nachher nicht

mehr) zu sichtbaren und nicht mehr rückgängig zu machen den Schädigungen des Zahnschmelzes der bleibenden Zähne führen. Diese Erscheinung nennt man dann *Zahnfluorose*.

Die Fluorbefürworter nennen dieselbe lediglich einen „kosmetischen Schönheitsfehler“, der nicht mit gesundheitlichen Nachteilen verbunden sei und den man eben – so man von den „Vorteilen“ des Fluors profitieren wolle – in Kauf nehmen müsse. Außerdem stünden jedem Fluorosegepeinigten heutzutage etliche Zahnbehandlungen zur Verfügung (Polieren, Bleichen, zahnfarbene Füllungen,...), mit denen sich das Malheur rasch beheben ließe.

Oftmals kommt es übrigens auch schon bei von Fluordosierungen, die weit unter dem oben erwähnten empfohlenen Wert liegen zu Fluorosen. Das liegt daran, dass jeder Mensch auf jeden Stoff völlig individuell reagiert und sich in kein Normenraster pressen lässt.



*Bild oben: Fluorose im Anfangsstadium mit weißen Sprenkelungen.
Bild unten: Fluorose im Endstadium mit tiefen Löchern im Zahnschmelz.*

Spröde Zähne und Knochen

In Gemeinden mit fluoridiertem Trinkwasser tritt bei etwa 16 Prozent der Kinder Fluorose auf. Auch die Form der Zähne kann sich unter Einwirkung von Fluoriden verändern. Am

bedeutungsvollsten jedoch ist, dass die vorübergehende Härtung des Zahnes zu einer Versprödung von Zahnschmelz und Zahnbein führt (Abb. „Aufbau eines Zahnes“ unten). Das hat zur Folge, dass Füllungen schwer zu verankern und Extraktionen (Zahnziehungen) nicht mehr zu verhindern sind. Inzwischen wissen wir, dass dies noch die harmloseste Form der Auswirkung einer Fluoridvergiftung ist.

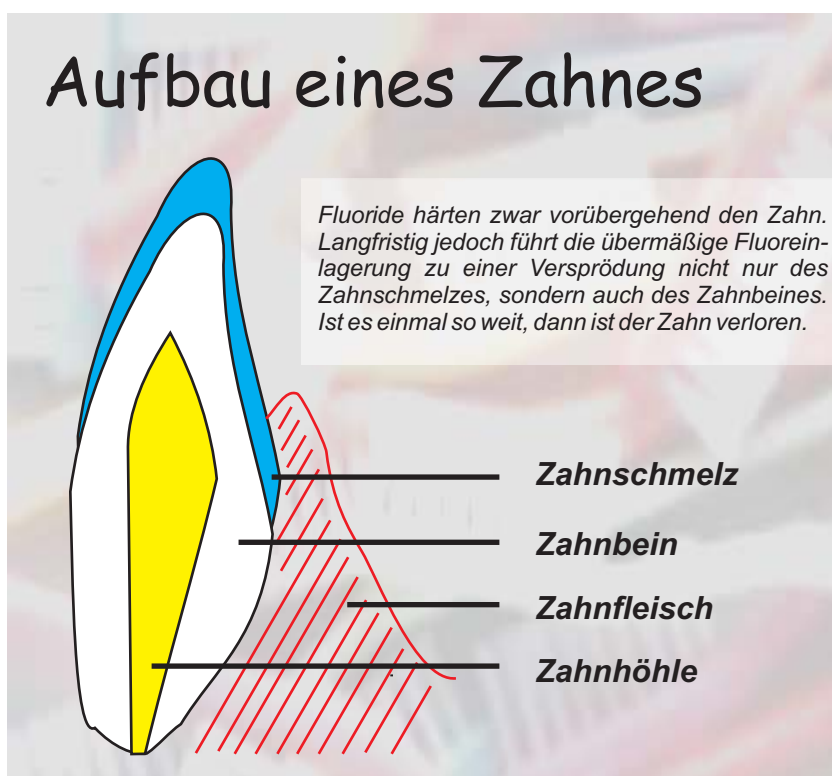
Rentnerskelette im Kindesalter

Im Skelett nämlich geht die Fluoreinlagerung auch dann noch weiter, wenn man die Auswirkungen an den Zähnen nach Abschluss der Zahnentwicklung gar nicht mehr sieht. Ein vorzeitig und zügig alterndes Skelett ist die Folge.

Rechenkünste

Eine Knochenfluorose ist nach Meinung der Fluorbefürworter sehr selten. Erst bei einer Fluoridzufuhr von 10 bis 25 Milligramm Fluorid pro Tag über mindestens zehn Jahre hinweg könne mit einer Knochenfluorose gerechnet werden. Diese aber könne unter der Verwendung der herkömmlichen Zufuhrarten (Trinkwasser, Salz, Tabletten) nicht auftreten, da dies z. B. 40 - 100 Gramm Kochsalz pro Tag über 10 Jahre hinweg erfordern würde.

Bitte gehen Sie jetzt einmal in Ihre Küche und wiegen Sie dort 40 Gramm Salz ab. Welche Menge haben Sie nun in Ihrer Schüssel liegen? Es handelt sich um etwa 6 gestrichene Teelöffelchen Salz!! Nicht wenige Leute benötigen schon allein



ein Drittel dieser Menge für ihre Frühstückseier! Im Brot ist Salz, in Wurst und Käse ist es üppigst vorhanden, in Fertiggerichten sowieso, im Salatdressing auch und selbst in Süßwaren ist es vorhanden. Dazu ein fluorreiches Mineralwasser (2 bis 3 Liter pro Tag à 0,6 Milligramm Fluor). Da sind Sie – angenommen Sie verzehrten nur die Hälfte der oben abgemessenen Salzmenge – schon bei etwa 7 Milligramm Fluor. Wenn Sie jetzt noch in der Nähe eines Industriegebietes leben (fluorhaltige Abgase! – siehe nächste Seite), sind Sie sehr schnell am maximalen Schädlichkeitsgrenzwert von 10 Milligramm pro Tag angelangt (siehe Abbildung B unten).

Arme Kinder

Genauso verhält es sich mit den empfohlenen Richtwerten für Kinder. Wiegt Ihr Kind nämlich beispielsweise 7 Kilogramm, dann hat es – wenn das Trinkwasser 0,7 Milligramm pro Liter an Fluoriden enthält – bereits mit einem Liter Trink-



Nach Meinung der Fluor-Experten sollten Eltern ihre Kinder lehren, die Zahncreme zwar auszuspucken, aber keinesfalls den Mund auszuspülen, damit das Fluor genügend Zeit hat, sich im Kinder-Organismus nieder zu lassen und dort zu „wirken“.

wasser das Limit erreicht. Sie dürfen ihm dann darüber hinaus nichts mehr zu trinken geben – zumindest nichts vom fluoridhaltigen Trinkwasser und auch keine fluoridhaltigen Lebensmittel mehr, also keine Kartoffeln, kein Vollkorngetreide, keine Nüsse, am besten kein Gemüse und vorsichtshalber auch kein Obst.

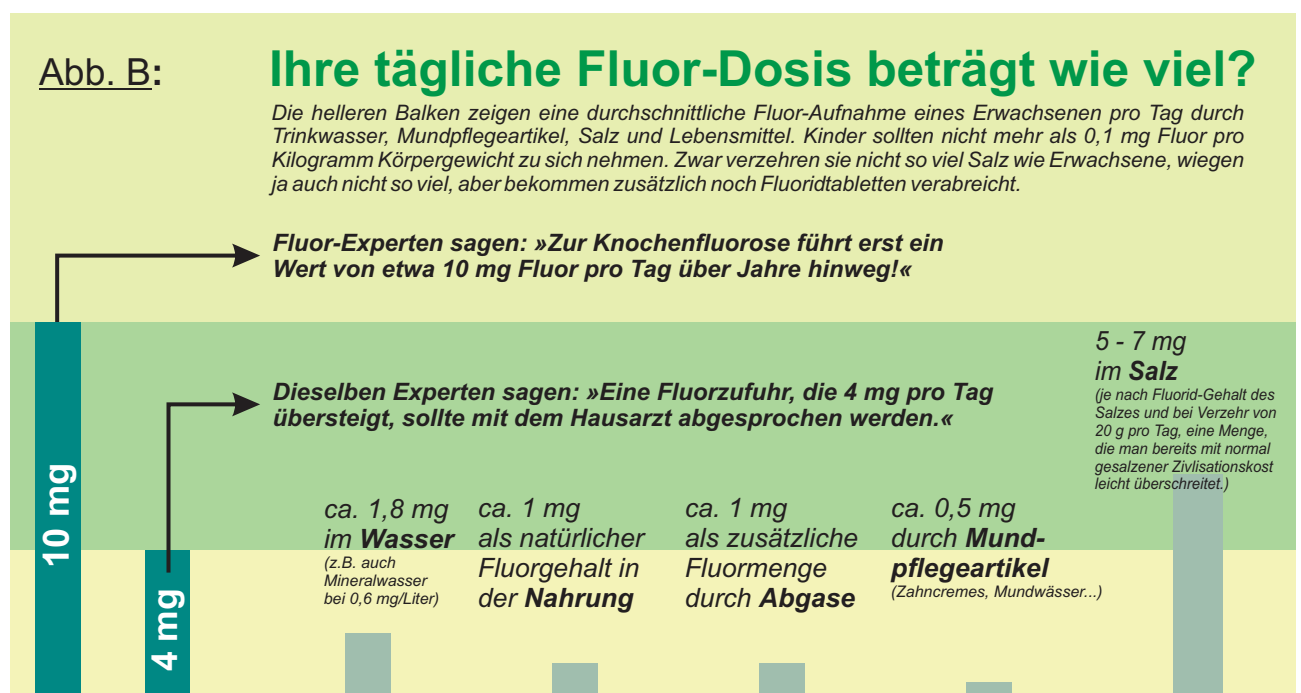
Und bitte vergessen Sie nicht, den Hersteller Ihrer fluoridierten Kinder-Zahncreme zu kontaktieren, denn abgesehen davon, dass Kinder sowieso auto-

matisch dann und wann gewisse Mengen der Zahnpasta hinunter schlucken, wird auch noch eindringlich darauf hingewiesen, den neuen Erdenbürgern so früh wie möglich beizubringen, das Zahnputzmittel zwar auszuspucken, aber ja nicht den Mund hinterher auszuspülen. Die Fluoride sollen im Mund bleiben und dort Zeit haben, in die Zähne einzudringen. Die auf diese Weise einverlebte Fluoridmenge sollten Sie natürlich ebenfalls in Ihre Berechnungen mit einbeziehen.

Es ist also vollkommen unmöglich, die tägliche Dosis an Fluoriden genau zu bestimmen. Dabei habe ich etliche Faktoren noch gar nicht erwähnt: So unterscheiden sich je nach Land, Literatur und Jahreszahl die empfohlenen Fluordosen gehörig, was auf eindeutige Unstimmigkeiten in der Expertenwelt schließen lässt.

Richtwerte ändern sich!

Bis 1961 galt als optimale Dosis 1 bis 1,5 Milligramm pro Liter



Trinkwasser, was nach 1961 plötzlich als viel zu hoch eingestuft wurde, da immer mehr Kinder und auch Erwachsene innerhalb der fluoridierten Bevölkerung unter deutlichen Symptomen einer Fluorvergiftung in Form von Zahnfluorose litten. Ab sofort galten daraufhin nur noch 0,8 bis 1,2 Milligramm pro Liter als empfehlenswerte Dosierung.

Fluorquellen, an die keiner denkt!

Selbstverständlich weist auch kein Experte auf die Tatsache hin, dass mehr als 50 Industriesparten (Glas-, Farben-, Erdöl-, Metallindustrien) Fluorabgase in die Umwelt blasen.

Es liegen Berichte vor, dass in der Nähe solcher Industrieanlagen der Fluoridgehalt der dort wachsenden Pflanzen auf das 20- bis 95-fache anstieg. Sogar die in der Nähe weidenden Rinderherden leiden unter Fluorosesymptomen. Fluorhaltige Mineraldünger und Biozide⁽¹⁵⁾ sorgen dafür, dass der Fluoridgehalt unserer Nahrung immer weiter steigt und steigt.

Obwohl sie sich nicht die Zähne mit fluoridierter Zahncreme putzen und keine Fluortabletten schlucken, sind auch Kühe nicht vor Fluorose sicher: Fluorhaltige Industrieabgase vergiften das Gras, das ihnen als Futter dient – und so auch die Tiere.



Die Dosis macht hierbei eben nicht das Gift!

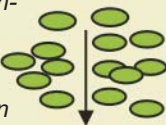
Der Gipfel ist jedoch, dass der Bevölkerung mit solchen Aussagen wie „Erst in Dosen von 200 bis 700 Milligramm ist Natriumfluorid tödlich“ und „die Gefahr einer Fluorose ist selbst dann nicht gegeben, wenn ein Kleinkind versehentlich eine ganze Packung handelsüblicher Fluoridtabletten verschluckt“ nichts anderes als Sand in die Augen gestreut wird, denn bei Fluoriden geht es um weit mehr als die akut konsumierte Einzeldosis.

Fluoride sammeln sich im Körper an

Ausschlaggebender ist, dass es sich bei den Fluoriden um sog. **Konzentrations- und Kumulationsgifte**⁽¹⁶⁾ handelt. Das heißt, Fluoride werden vom Körper nicht mehr hundertprozentig ausgeschieden. Sie sammeln sich an (siehe unten) – nicht nur in Knochen und Zähnen, sondern auch in weichen Geweben wie der Schilddrüse oder den Arterienwänden. Ja sie dringen sogar durch die Gebärmutterwand und sammeln sich im Körper des ungeborenen Kindes an. Contergan soll übrigens weniger als halb so giftig sein wie Fluor⁽¹⁷⁾.

Fluor – Gift, das sich im Körper ansammelt

Von der täglich im Körper eintreffenden Fluormenge kann nur ein gewisser Teil wieder ausgeschieden werden



... der andere Teil sammelt sich über die Jahre hinweg im Körper an ...

1 Monat

1 Jahr

10 Jahre

Achtung: Die sich im Organismus über Jahre hinweg ansammelnden Fluormengen können die Grundlage für zahlreiche schwerwiegende Mangelerscheinungen und Zivilisationsbeschwerden bilden.



(15) **Biozide:** wörtl. Übersetzung: Lebensvernichter, zu gr. bios: Leben; „-zid“ zu lat. caedes: Mord, Blutbad (z. B. Suizid: Selbst-Mord). Biozid ist ein Überbegriff für sämtliche Pflanzenschutzmittel.

(16) **Kumulationsgift:** Gift, das sich anhäuft/ansammelt (lat. cumulus: Haufen).

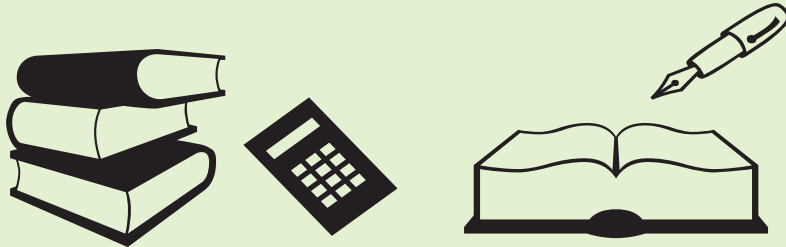
(17) Aus „Vorsicht Fluor“ von Dr. Max O. Bruker und Rudolf Ziegelbecker.

(18) **Synergismus:** gleichzeitiges Wirken verschiedenartiger bzw. verschieden gerichteter Faktoren, zu gr. syn: zusammen mit und gr. ergon: Werk.

(19) **Pharmakologe:** Wissenschaftler, der sich um die Wirkung von Arzneimitteln kümmert. Zu gr. pharmakon: Heilmittel, Gift und gr. Logos: Wort, Vernunft, Lehre.

Berechnung der konsumierten Fluormenge nahezu unmöglich!

Wenn Sie ernsthaft vorhaben sollten, die Menge an Fluor zu berechnen, die Sie täglich absichtlich und unabsichtlich zu sich nehmen, dann ist das letztendlich ein hoffnungsloses Unterfangen, denn je nach Land, Zeitalter und Autor unterscheiden sich die Angaben in der Fachliteratur ungemein! Nach welchem Buch wollen Sie sich richten und welchem Autor aus welchem Land vertrauen?



Eine einfache Formel für ein schweres Gift

Die Höhe der Einzeldosen ist also lediglich für die individuelle Unverträglichkeit und die akute Vergiftung ausschlaggebend, nicht jedoch für die Langzeitwirkung, die je nach Veranlagung früher oder später auftritt. Die Gelehrten haben für die Berechnung genau dieser Langzeitwirkung sogar eine „leicht anwendbare“ Formel auf Lager:

„Man nehme die Gesamtdosis, multipliziere sie mit dem Zeitfaktor und noch einmal mit der individuellen Reaktion, addiere das ganze mit dem Synergismus⁽¹⁸⁾ und subtrahiere letztendlich die Ausscheidung.“

Doch leider ist im Falle der Fluoride kein einziger dieser Fakto-

ren auch nur annähernd bekannt oder gar konkret bestimmbar. Der beliebte Spruch „die Dosis macht das Gift“ ist bei Fluoriden also wirklich fehl am Platze.

Besonders betroffen sind Menschen, deren Ausscheidungsfähigkeit aufgrund von Alter oder bestimmten gesundheitlichen Beeinträchtigungen zum Beispiel bei Nierenkrankheiten stark beeinträchtigt ist. Ihnen drohen prompte und wirklich ernsthafte Gefahren.

Maskierte Vergiftung

Nicht ganz so prompt, jedoch deshalb nicht weniger gravierend können die Fluor-Folgen für jeden von uns ausfallen: Der Pharmakologe⁽¹⁹⁾ und Toxikologe Professor Steyn, Südafrika, formulierte es so: „Fluoride bilden die stärksten Breitenspektren-Enzymgifte, die uns bekannt sind. Sie hemmen beispielsweise noch in einer Konzentration von 1 : 15 Millionen die Tätigkeit des Enzyms Lipase, welches für die Fettverdauung absolut notwendig ist.“

Die Vergiftung unserer Enzyme⁽¹⁰⁾ – die dafür sorgen (sollen), dass Tausende von Stoffwechselvorgängen im Organis-

mus ordnungsgemäß ablaufen – verursacht folglich erhebliche Beeinträchtigungen unseres Gesundheitszustandes. So tauchen plötzlich Symptome auf, die dann fälschlicherweise mit bekannten Zivilisationskrankheiten verwechselt werden, aber in Wirklichkeit nichts anderes darstellen als eine schleichende Vergiftung.

Bestehen bereits Krankheiten wie z. B. Herzkrankheiten, Sklerosen⁽²⁰⁾, Parodontose, Leber- und Nierenerkrankungen oder Krebs, so bewirkt Fluor eine drastische Verschlimmerung dieser Erscheinungen.

Fluoride machen willensschwach

Lebten wir in einer Diktatur, käme einem unweigerlich die Parallele zu Monsanto⁽²¹⁾ „Round-up“⁽²²⁾ in den Sinn, nur dass es im Falle von Fluor nicht um die radikale Vernichtung unerwünschter Wildpflanzen, sondern um die Eliminierung „unerwünschter Willenskraft“ ginge, also darum, die Weltbevölkerung in einen benebelten Geisteszustand zu versetzen, um so letzten Endes eine leicht manipulierbare und kontrollierbare Menschenmasse zu erzeugen. (Doch wir leben ja glücklicherweise nicht in einer Diktatur, oder?) Fluor ist nämlich einer der wichtigsten Bestandteile von weltweit 60 Psychopharmaka⁽²³⁾ – und zwar deshalb, weil in den entsprechenden Kreisen längst bekannt ist, dass Fluor langsam, aber unaufhaltsam den freien Willen des Menschen ausschaltet.

Von Hoffmann-La Roche⁽²⁴⁾ beispielsweise gibt es einen Tranquilizer⁽²⁵⁾ namens Rohypnol.

(20) **Sklerose:** Verhärtung von Organen oder Organteilen, zu gr. Skleros: hart.

(21) **Monsanto:** Amerikanisches Unternehmen, welches mit Vorliebe Gentechnik betreibt, Landwirten begeistert gentechnisch verändertes Saatgut und die dazu passenden Insekten- und Unkrautvernichtungsmittel verkauft.

(22) **Round-up:** Ein radikal wirkendes Pflanzenschutzmittel, das weltweit erhältlich ist, zu engl. to round up: einkreisen.

(23) **Psychopharmaka:** (Mehrzahl von Psychopharmakon) Heilmittel, die auf die Psyche einwirken. Zu gr. pharmakon: Heilmittel, Gift und gr. psyche: Seele.

Die Wirkung des Hauptwirkstoffes (ein Verwandter des Valiums) konnte nach Aussagen des Herstellers mit Hilfe einer Fluoridierung verzehnfacht werden. Das Mittel wirkt daraufhin „wunderbar“ beruhigend und aktivitätshemmend. Allerdings führt die Einnahme von Rohypnol auch zu einem ziemlich niedrigen Blutdruck, zu Gedächtnisstörungen, Benommenheit und Verwirrung.

Rohypnol in den Händen von Triebtätern

Vielleicht haben Sie auch schon von Horrorgeschichten solcher Art gehört: Gewisse unfreundliche und für gewöhnlich männliche Menschen mischen – bevorzugt in Diskotheken – in einem unaufmerksamen Augenblick ein Betäubungsmittel in die Getränke von unbedarften, hübschen Mädchen. Anschließend wer-

„Benzodiazin“ ist der Hauptwirkstoff von Rohypnol – und „GABA“ lautet die Abkürzung für einen körpereigenen Stoff, der die Aktivität von Nerven im Gehirn blockieren kann. Rohypnol sorgt dafür, dass „GABA“ außer Kontrolle gerät und willkürlich, grundlos und blindlings die Gehirnaktivität blockiert bzw. extrem reduziert.

(Normalerweise tritt „GABA“ in Aktion, wenn der Körper z. B. unter starken Schmerzen leidet. „GABA“ ist sozusagen ein körpereigenes Schmerzmittel.)



„Rohypnol“. Die synthetisch hergestellte Psychopille ist als Straßendroge äußerst beliebt

(siehe z.B. auch Schilderungen der „Christina F.“ in „Wir Kinder vom Bahnhof Zoo“.)



den diese bald sehr benebelten Mädchen dann vom Täter verschleppt, vergewaltigt und irgendwo ausgesetzt. Die Mädchen können sich hinterher an kaum noch etwas erinnern.

Das hierbei verwendete Mittel war Rohypnol. In den USA und Kanada ist es deshalb längst verboten. Zur allgemeinen Beruhigung hat Roche das einst farblose Mittel eingefärbt. Wenn ein potentieller Sextäter Rohypnol jetzt in ein Getränk fallen lässt, dann wird das Getränk strahlend blau. Vielleicht kommt ja daher der Trend zu exotischen Drinks? Diese werden mit „Blue Curacao“ gemixt – und Rohypnol kann darin so blau werden, wie es will...

Fluor als „Mittel“ gegen Ängste aller Art

Fluor ist ebenfalls einer der Hauptwirkstoffe so genannter Neuroleptika⁽²⁶⁾, die in der Psychiatrie zur Behandlung von Psychosen⁽²⁷⁾ wie z. B. Angstzuständen eingesetzt werden. Hier ist die stark bewusstseinsdämpfende Wirkung der Fluoride äußerst willkommen! Der so behandelte Patient wird vielleicht nie wieder den Fän-

gen seines psychiatrischen Betreuers entkommen.

Jetzt könnte man auf die Idee kommen, dass ja nur ein geringer Prozentsatz der Bevölkerung in den „Genuss“ solcher Mittel kommt. Da man verständlicherweise nicht allen Menschen eine psychiatrische Behandlung mit entsprechender Medikation angeeignet lassen kann, ist die Strategie mit „Fluor als lebenswichtigem Spurenelement“ und „Karies als Fluormangelkrankheit“ offensichtlich besser geeignet, den Menschen Fluoride einzuflößen, da sie es dann größtenteils freiwillig tun.

Wie man überhaupt auf Fluor als potentiellen Zahn-Schützer kam, was alles dazu unternommen wurde, um diese Idee als unumstößliches Dogma in aller Welt (vor allem in der Medizinerwelt) zu verbreiten, welche Folgen die Trinkwasserfluoridierung für die Menschen hatte und was Fluortabletten im menschlichen Organismus anrichten können, wird Thema einer weiteren Depesche sein.

Bis dahin grüße ich alle ganz herzlich,

Kristina Peter

(24) Hoffmann-La Roche: Deutsches Pharmaunternehmen.

(25) Tranquilizer: Beruhigungsmittel, zu span. tranquilo: still, leise, ruhig.

(26) Neuroleptika: Medikament aus der Gruppe der Psychopharmaka. Es beeinflusst gewisse Hirnabschnitte so, dass der Mensch „weniger aggressiv und erregt ist.“ Zu gr. neuron: Nerv, leipsis: erfassen. Folglich: die Nerven erfassendes Mittel.

(27) Psychose: Seelenstörung, krankhafter Geisteszustand, zu gr. psyche: Seele und „-ose“ = Endung für „Krankheit“.