

10/1999, 01.07.1999

BgVV empfiehlt den Einsatz von fluoridiertem Speisesalz zur Kariesprophylaxe

Bei sachgemäßer Verwendung keine gesundheitliche Beeinträchtigung

Wiederholt wird in bestimmten Publikumszeitschriften auf Gefahren hingewiesen, die angeblich von fluoridiertem Speisesalz ausgehen. Das Bundesinstitut für gesundheitlichen Verbraucherschutz und Veterinärmedizin, BgVV, weist darauf hin, daß bei den Fluoridmengen, die über fluoridiertes Speisesalz aufgenommen werden (0,25 mg Fluorid je g Salz), eine Gesundheitsgefährdung des Verbrauchers ausgeschlossen ist. Vielmehr belegen zahlreiche wissenschaftliche Studien, daß die zusätzliche Aufnahme von Fluorid z.B. über das Trinkwasser oder fluoridiertes Speisesalz wichtiger Bestandteil einer wirksamen Kariesprophylaxe ist.

Karies ist trotz aller Aufklärung nach wie vor ein großes Problem in Deutschland. Das BgVV empfiehlt daher ausdrücklich die Verwendung von fluoridiertem Speisesalz als einer zusätzlichen Maßnahme im Rahmen der Kariesbekämpfung.

Generell sollte die Kariesprophylaxe auf drei Wegen erfolgen:

- konsequente Mundhygiene
- Einschränkung des Zuckerverzehrs insbesondere in der Form klebriger Zwischenmahlzeiten
- Anwendung von Fluorid. Eine Fluoridanwendung kann **lokal** (Zahnpflegemittel) und **systemisch** (fluoridiertes Speisesalz, Fluoridsupplemente, fluoridhaltiges Mineral/Tafelwasser mit 0,7mg Fluorid/L) erfolgen. **Es sollte aber zur Vermeidung von Zahnfluorosen immer nur von einer systemischen Anwendung Gebrauch gemacht werden.**

Fluorid ist ein normaler Bestandteil des Organismus und auch von Lebensmitteln und Trinkwasser. Es begünstigt im Körper die Festigung des Zahnschmelzes. Da in Deutschland, von einigen Ausnahmen abgesehen, der Gehalt an Fluorid in Trinkwasser und im Boden relativ niedrig ist, liegt die tägliche Fluorid-Aufnahme über Trinkwasser und Lebensmittel deutlich unter der von der WHO und der deutschen Gesellschaft für Ernährung empfohlenen Menge für die einzelnen Bevölkerungsgruppen.

Alter/Geschlecht	mg/Tag
Säuglinge bis 6 Monate	0,25
Säuglinge zwischen 6 und 12 Monaten	0,5
Kleinkinder	0,7
Kinder zwischen 3 und 8 Jahren	1,1

Männliche Jugendliche	3,2
Weibliche Jugendliche	2,9
Männliche Erwachsene	3,8
Weibliche Erwachsene	3,1

Tabelle: Zur Kariesprophylaxe empfohlene Gesamtaufuhr von Fluorid je Tag

Die teilweise Deckung des Fluoridbedarfs über fluoridiertes Speisesalz ist besonders vorteilhaft, weil das Fluorid gleichmäßig in geringer Konzentration über den Tag verteilt dem Körper zugeführt wird. Bei der gewählten Konzentration des Fluorids im Salz ist eine Überdosierung bei üblicher häuslicher Salzverwendung ausgeschlossen.

Eine ständige Fluoridaufnahme bei Kindern bis zum Alter von 6-8 Jahren, die mehr als das Doppelte der angemessenen Zufuhr beträgt, kann zu geringfügigen weißlichen Schmelzflecken (Zahnfluorose) führen, die nicht mit gesundheitlichen Nachteilen verbunden sind. Bei stärkerer Überdosierung kann es zu deutlich braunen Zahnverfärbungen kommen. Eine Fluoridzufuhr, die zur Skelettfluorose führt (10-25 mg Fluorid pro Tag über mindestens zehn Jahre) kann durch die Verwendung von fluoridiertem Speisesalz nicht auftreten (sie würde einen Salzverzehr von 40 bis 100 g Salz pro Tag erfordern).

Da Deutschland ein Jodmangelgebiet ist, empfiehlt es sich, im Rahmen der Kariesprophylaxe auf fluoridiertes Speisesalz zurückzugreifen, das außerdem noch Jod enthält.

Seit 1992 ist in Deutschland Speisesalz für den häuslichen Verbrauch im Verkehr, das sowohl fluoridiert als auch jodiert ist. Um auch Personen, die an Gemeinschaftsverpflegung teilnehmen, die Möglichkeit zu geben, von dieser Form der Kariesprophylaxe zu profitieren, hat das Bundesministerium für Gesundheit seit 1998 auf Antrag mehrere Ausnahmegenehmigungen an Einrichtungen der Gemeinschaftsverpflegung erteilt, unter amtlicher Beobachtung und nach entsprechenden Informationen der Verbraucher fluoridiertes und jodiertes Speisesalz zur Speisenherstellung zu verwenden.

ende bgvv-p