

Das richtige Salz schützt Zähne vor Karies

Mit Fluorid angereichertes Speisesalz hat in den letzten Jahren wesentlich zu dem erfreulichen Kariesrückgang von 75 Prozent beigetragen, der seit Einführung dieses Salzes im Jahre 1991 bei 12-jährigen Kindern erzielt wurde. Dies bestätigen zahlreiche Untersuchungen zur Karieshäufigkeit bei Kindern wie Professor Andreas Schulte von der Universitätszahnklinik Heidelberg anlässlich eines Kongresses des Bundesverbandes der Zahnärzte des Öffentlichen Gesundheitsdienstes in Bad Lausick (Sachsen) berichtete. Bei allen Untersuchungen habe sich gezeigt, dass die Karieshäufigkeit mit zunehmender Verbreitung von Jodsalz mit Fluorid rückläufig ist. Deshalb ist es zu begrüßen, dass immer mehr Bundesbürger zu fluoridiertem Jodsalz greifen, das derzeit mit einem Marktanteil von 68 Prozent das meistgekauftete Haushaltssalz ist.

Mit Fluorid angereichertes Salz schützt nach Professor Schulte direkt am Zahn, und zwar durch den Kontakt mit der Zahnoberfläche während und unmittelbar nach dem Essen. Ebenso erhöht es den Fluoridgehalt im Speichel, durch den die Zähne zusätzlich vor kariesauslösenden Bakterien geschützt sind. Der Kariesexperte plädiert deshalb für eine Verwendung dieses Salzes, das bisher nur in Privathaushalten verwendet werden darf, auch in Großküchen, weil sich immer mehr Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit Essen aus Einrichtungen der Gemeinschaftsverpflegung ernähren.

Da die Wirkung von Fluorid zum Schutz vor Karies unbestritten ist, empfiehlt Professorin Gisela Hetzer von der Universitätszahnklinik Dresden als Standardmaßnahme, Zähne täglich zweimal mit fluoridierter Zahnpasta zu putzen und im Haushalt zudem Jodsalz mit Fluorid zu verwenden. Bei erhöhtem Kariesrisiko können zusätzliche Fluoridierungsmaßnahmen ergriffen werden, die allerdings mit dem Zahnarzt abzustimmen sind. Werden Kleinkindern Fluoridtabletten verabreicht, sollte zusätzlich keine fluoridierte Zahnpasta und kein fluoridiertes Speisesalz verwendet werden.

Bad Lausick, April 2007