

Generelle Empfehlung für fluoridiertes Speisesalz

Fachinstitutionen sprechen sich für Fluoride zur Verbesserung der Zahngesundheit aus

Karies ist die Krankheit, unter der Menschen in nahezu allen Ländern der Welt leiden. Sie verursacht Schmerzen, beeinträchtigt das Wohlbefinden und führt zu erheblichen Kosten. Experten der Weltgesundheitsorganisation (WHO) schätzen, dass allein in den industrialisierten Ländern etwa 50 bis 90 Prozent der Kinder kariöse Zähne haben. In noch größerem Maße macht „das Loch im Zahn“ Erwachsenen zu schaffen, von denen die überwiegende Mehrheit kariesgeschädigte Zähne aufweist.

Mit gezielten Prophylaxemaßnahmen konnte in den vergangenen Jahren in vielen Ländern eine deutliche Verbesserung der Zahngesundheit erreicht werden. Eine gesündere Ernährung hat dazu ebenso beigetragen wie regelmäßiges Putzen der Zähne und die Überwachung durch den Zahnarzt. Den größten Einfluss jedoch hatten Fluoridierungsmaßnahmen, die in Prophylaxekonzepten vieler Länder schon seit Jahren fest verankert sind.

Auch in Deutschland sind Fluoridierungsmaßnahmen eine wichtige Säule zur Erhaltung gesunder Zähne. Dazu zählen vor allem die Anwendung von fluoridhaltiger Zahncreme, die Einnahme von Fluoridtabletten vorwiegend durch Kleinkinder und seit 1991 die zunehmende Verwendung von fluoridiertem Speisesalz im Haushalt, durch die die Fluoridtabletteneinnahme weitestgehend überflüssig wurde.

Neben der Bundeszahnärztekammer und vielen wissenschaftliche Fachgesellschaften hat sich jetzt auch die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) e. V. für fluoridiertes Speisesalz ausgesprochen und empfiehlt dessen Verwendung im Haushalt generell für alle Altersgruppen. In der DGE-info vom Januar 2007 weist sie darauf hin, dass bei Einhaltung der von ihr genannten Zufuhrempfehlungen „die Fluoridzufuhr im sicheren Bereich liegt und gesundheitliche Nachteile nicht zu erwarten sind“.

Wie Institutionen des Zahngesundheitswesens empfiehlt auch die DGE nur eine Form der systemischen Fluoridzufuhr, also entweder Fluoridtabletten oder fluoridiertes Speisesalz. Bei Säuglingen und Kleinkindern bis zu vier Jahren gehen die Experten der DGE aber noch einen Schritt weiter, vor allem wenn das Trinkwasser weniger als 0,3 mg Fluorid pro Liter enthält, was in Deutschland bei über 90 Prozent des Trinkwassers der Fall ist. Hier halten sie die zusätzliche Einnahme von Fluoridtabletten für gerechtfertigt, selbst wenn die Familie fluoridiertes Speisesalz verwendet.

Begründet wird diese Empfehlung damit, dass Kinder bis zu einem Alter von vier Jahren nur sehr wenig Speisesalz aufnehmen (was von der DGE auch gefordert wird), sodass selbst durch eine Zufuhr aus zwei Quellen nicht zu viel Fluorid aufgenommen wird. Ab vier Jahren sollte dann jedoch nur noch eine Form der systemischen Fluoridzufuhr erfolgen.

Auch in der neuen Leitlinie „Fluoridierungsmaßnahmen“ der Zahnärztlichen Zentralstelle Qualitätssicherung im Institut der Deutschen Zahnärzte wird fluoridiertes Speisesalz als

Basisprophylaxemaßnahme generell empfohlen. Die Speisesalzfluoridierung wird in der Leitlinie, die von namhaften wissenschaftlichen Gesellschaften der Zahn- und Kinderheilkunde mitgetragen wird, als eine wirksame kariesprophylaktische Maßnahme bezeichnet, deren Wirksamkeit zunimmt, je breiter sie eingesetzt wird.

Für einen weltweit stärkeren Einsatz von Fluorid haben sich im November 2006 in Genf auch Experten aus 30 Ländern anlässlich einer Konferenz „Mundgesundheit durch Fluoride“ ausgesprochen, die gemeinsam von der World Dental Federation, der International Association for Dental Research und der Weltgesundheitsorganisation (WHO) veranstaltet wurde. Die Experten äußerten sich vor allem besorgt über „zunehmende Unterschiede in der Zahngesundheit und über fehlende Fortschritte beim Kampf gegen das weltweite Übel Zahnkaries besonders in unterversorgten Bevölkerungsgruppen“. Zugleich bestätigten sie die „Wirksamkeit, Kosteneffektivität und Sicherheit einer täglichen optimalen Fluoridanwendung“ und riefen in diesem Zusammenhang zu einem weltweiten Einsatz von Fluorid zur Förderung der Zahngesundheit auf.

Zur Zeit profitieren weltweit etwa 170 Millionen Menschen von der kariesschützenden Wirkung von fluoridiertem Speisesalz. In Deutschland ist Jodsalz mit Fluorid seit mehreren Jahren das meist gekaufte Haushaltssalz. 2006 ist sein Marktanteil erneut gestiegen auf jetzt über 68 Prozent. Bei regelmäßiger Verwendung dieses Salzes im Haushalt und der gleichzeitigen Anwendung von fluoridhaltiger Zahncreme kann damit das Kariesrisiko um bis zu 50 Prozent reduziert werden. Diesen Vorbeugungseffekt nutzen die meisten Deutschen ganz bewusst, wie dies auch im Kariesrückgang nach der neuesten Deutschen Mundgesundheitsstudie zum Ausdruck kommt. – IfK –

Groß-Gerau, 12. Februar 2007