

## **15 Jahre Kariesvorbeugung mit fluoridiertem Speisesalz:**

### **Doppelter Schutz mit einem Salz**

#### **Jodsalz mit Fluorid beugt Schilddrüsenerkrankungen und Zahnkaries vor**

IfK-Groß-Gerau, 26. September 2006 - Kochen und Würzen mit fluoridiertem Jodsalz gilt bei vielen Deutschen schon seit Jahren als Geheimrezept gegen Karies und jodmangelbedingte Schilddrüsenerkrankungen. Denn mit einem Marktanteil von rund 67 Prozent ist Jodsalz mit Fluorid das meist gekaufte Haushaltssalz in Deutschland. Nach der Schweiz und Frankreich hat Deutschland 1991 als drittes Land die lokale Kariesvorbeugung mit Fluorid über das Haushaltsspeisesalz eingeführt, nachdem sich Jodsalz bereits vorher durchgesetzt hatte.

Die Schutzwirkung von fluoridiertem Speisesalz gegen Karies beruht vor allem darauf, dass Fluorid die Widerstandskraft des Zahnschmelzes bei Jung und Alt stärkt. Wird Fluorid über fluoridierte Zahnpaste und fluoridiertes Speisesalz regelmäßig zugeführt, kann eine beginnende Karies sogar wieder repariert werden. Deshalb empfiehlt Professor Stefan Zimmer von der Universitätszahnklinik in Düsseldorf dieses Salz der ganzen Familie. Denn das dem Salz zugesetzte Fluorid schützt die Zähne bereits beim Essen – wenn die Kariesgefahr am größten ist – vor zahnschädlichen Bakterien und Säureattacken, die zum Loch im Zahn führen.

Wird Fluorid kontinuierlich zugeführt, wie es die Experten empfehlen, ist zudem eine gute Dauerwirkung gewährleistet. Denn jede Prise fluoridiertes Speisesalz, die mit der Nahrung aufgenommen wird, erhöht auch die Fluoridkonzentration im Speichel. Dadurch werden die Zähne auch zwischen den Mahlzeiten von fluoridhaltigem Speichel umspült und sind so besser geschützt. Professor Zimmer geht davon aus, dass bei täglicher Verwendung von fluoridiertem Speisesalz in Verbindung mit täglicher Anwendung von fluoridierter Zahnpaste die Karies um bis zu 50 Prozent reduziert werden kann.

Eine positive Wirkung auf die Gesundheit besitzt auch Jod. Dieses Spurenelement, an dem es in Deutschland in der Nahrung mangelt, liefert der Schilddrüse wichtige Bausteine zur Bildung der lebensnotwendigen Schilddrüsenhormone. Diese wiederum regulieren eine Vielzahl von Körperfunktionen und haben somit erheblichen Einfluss auf Gesundheit und Leistungsfähigkeit. Jodsalz hat die Jodversorgungssituation in Deutschland wesentlich verbessert und jodmangelbedingte Schilddrüsenerkrankungen vor allem bei Kindern stark zurückgedrängt. Deshalb wird fluoridiertes Speisesalz in Deutschland ausschließlich als Jodsalz mit Fluorid angeboten.

Auf Grund dieses gesundheitlichen Doppelnutzens fordern Schilddrüsen- und Zahngesundheitsexperten eine noch breitere Verwendung von Jodsalz mit Fluorid nicht nur im Haushalt, sondern auch seinen Einsatz in Großküchen und Bäckereien. Dann könnte auch bei Personengruppen wie sozial Schwachen, Behinderten oder Migranten, die mit anderen Prophylaxemaßnahmen nicht oder nur unzureichend erreicht werden, der Schutz vor Karies und jodmangelbedingten Schilddrüsenerkrankungen erheblich verbessert werden. Weitere Infos im Internet unter [www.kariesvorbeugung.de](http://www.kariesvorbeugung.de)