

Quelle: <https://www.naturepower.de/vitalstoff-journal/fakten-widerreden/gifte-und-parasiten-im-koerper/gift-im-mund-ueber-risiken-oder-nebenwirkungen-von-zahnmaterialien/print.html>

# **Gift im Mund - Risiken und Nebenwirkungen von Zahnmaterialien**

## **Füllungen, Brücken, Kronen und Zahnsparren sind gesundheitlich bedenklich.**

Zahnfüllungen aus Amalgam mit über 50 Prozent Quecksilber sind Giftquellen. In den vergangenen Jahren zwar heftig in Kritik geraten, existiert bislang jedoch kaum eine kostengünstige Alternative. So einfach lässt sich Amalgam nicht verbieten – Millionen Menschen tragen es als Kassenleistung im Mund und Zahnärzte blombieren nach wie vor damit. Allerdings nutzten Dentalhersteller die Gunst der Stunde, um neue Kunststoffmaterialien auf den Markt zu bringen – nicht immer zum Nutzen der Patienten.

## **Amalgam in (fast) aller Munde**

50 Millionen Menschen in Deutschland tragen Amalgam im Mund – Tendenz rückläufig: Von den knapp 70 Millionen Füllungen, die jährlich in Zahnarztpraxen gelegt werden, besteht noch ein Drittel aus Amalgam. Viele verzichten jedoch auf diesen gefährlichen Werkstoff – aus gutem Grund, wie der Labortest zeigt: Der Speichel von Amalgamträgern enthält mehr Quecksilber als das eine Mikrogramm pro Liter, das die Trinkwasserverordnung toleriert. Ihre Atemluft enthält nach dem Essen mehr Quecksilber als der Ausstoß eines Kohlekraftwerks. Das liegt auch daran, dass Quecksilber sich in Flüssigkeiten leicht löst und bereits bei Raumtemperatur verdampft. Besonders der Quecksilberdampf ist sehr gefährlich, da er ungehindert über die Lunge in den Körper und das zentrale Nervensystem gelangt und von dort aus fortschreitend den Organismus schädigt.

## **Füllungen aus Kunststoff**

Anstelle von Amalgam werden meist Flüssigkunststoffe verwendet, so genannte Composites. Mittlerweile machen Composites 36 Prozent der Zahnfüllungen aus. Sie sind herkömmlichem Holzleim ähnlich und werden mit UV-Licht im Mund ausgehärtet. Der Nachteil ist, dass das Material schrumpft. Dadurch verändert sich der Biss, was Kaubeschwerden, Veränderungen im Bewegungsapparat und sogar bei der Atmung verursachen kann.

Composite-Füllungen müssen häufiger ausgetauscht werden und die Randspalten sind anfällig für Karies. Das kann zum früheren Verlust des Zahnes führen. Wenn die Füllungen zu schnell verarbeitet werden, verstärkt sich diese Tendenz: Der Kunststoff muss in sehr dünnen Schichten aufgetragen und vollständig ausgehärtet werden. Daher taugt er nur für sehr kleine Füllungen, die nicht der Kaubelastung ausgesetzt sind. Neuere Kunststoffe wie Tetric®Ceram, Definite® oder Solitaire® sind durch ein eingebautes Keramik- oder Silikatgerüst erheblich stabiler. Allerdings haben alle Flüssigkunststoffe für Allergiker und empfindliche Personen einen entscheidenden Nachteil: Sie setzen im Mund ständig allergene Einzelbestandteile, so genannte Monomere, frei und enthalten häufig nicht deklarierte Verunreinigungen wie Aldehyd, Phenol oder aromatische Kohlenwasserstoffe. Laborgefertigte Kunststoffe wie Artglass® oder Targis/Vectris® bieten bei Kronen und Brücken deutlich bessere Qualität: Mit Hilfe integrierter Keramik-, Glasfaser- oder Fiberglasgerüste lassen sich langlebige Kronen und Brücken mit bis zu fünf Gliedern realisieren. Außerdem werden durch die bessere Verarbeitung und Aushärtung weniger schädliche Substanzen freigesetzt als bei Kunststoff, der im Mund verarbeitet wird.

## **Keramik ist erste Wahl**

Keramik ist der hochwertigste und verträglichste Zahnwerkstoff. Sie wird aus einer mineralischen Ausgangssubstanz gebrannt. Dank hoher Brenntemperaturen lösen sich später kaum noch Stoffe heraus. Da Keramik ein starres, bruchanfalliges Material ist, sind die Kronen auch dickwandiger, wofür leider mehr Zahnschmelz verloren geht. Der zweite Nachteil: Keramikfüllungen werden in der Regel mit belastendem Kunstharzkleber eingesetzt. Die bessere Alternative wäre hier, die Keramik auf eine hochwertige Goldlegierung aufzubrennen, welche mit Zement eingesetzt wird. Der Werkstoff Keramik ist härter als Zahnschmelz. Er muss sehr passgenau gearbeitet sein, sonst schädigt er die gegenüberliegenden Zähne. In jüngster Zeit wurde Zirkonoxid (zum Beispiel Lava®, Cercon® oder Procera®) entwickelt. Er ist mit 400-550 Euro pro Krone etwas teurer, kann jedoch ohne größeren Verlust an Zahnschmelz mit Zement eingesetzt werden. Aus Zirkonoxid lassen sich auch metallfreie Zahnimplantate herstellen.

## **Metall**

Metalle kommen in der Zahnmedizin fast immer als Legierungen, also gemischt, zum Einsatz. Einzeln wären sie zu spröde und kaum zu verarbeiten. Sie neigen jedoch dazu, sich im Speichel zu lösen. Befinden sich mehrere verschiedene Legierungen im Mund, bauen sich vermehrt elektrische Spannungen und Ströme auf, die das Herauslösen noch verstärken. Vorsicht ist bei Kobalt, Nickel oder Beryllium aus Stahllegierungen in Prothesenklammern und Zahnspangen geboten. Sie verursachen Allergien und können die Schleimhäute schädigen. Beryllium ist zudem sehr giftig und krebserregend. Ungünstige Edelmetalllegierungen, die häufig als „Gold“ bezeichnet werden, enthalten Zinn, Silber, Kupfer oder Indium. Im Speichel erreichen sie teils belastende Konzentrationen und können Immun- und Nervensystem schädigen. Der Allergieauslöser Palladium ist in 90 Prozent aller „Goldkronen“ enthalten.

## **Gold, Platin und Titan**

Verträgliche Legierungen für Kronen oder Brücken, wie Bio-Maingold I®, BioGold plus® und Bio-Herador SG® bestehen aus mindestens 85 Prozent Gold und zehn Prozent Platin, ohne die oben genannten Metalle. Eine Sonderrolle nimmt Titan ein: Es ist verträglich, hart und beständig. Äußerst schwer zu bearbeiten, wird es praktisch nur für Implantate verwendet. Wer Metall auch hier vermeiden möchte, kann auf Zirkonoxid zurückgreifen.

## **Zement**

Ein traditionelles, verträgliches und kostengünstiges Füllmaterial ist Zement. Viele Zahnärzte behaupten, er taue nur als Kitt oder Provisorium. Dennoch macht er bereits ein Drittel aller Füllungen aus. Die herkömmlichen Silikat-, Phosphat- oder Steinzemente sind gegenüber selbsthärtenden Kunststoffzementen deutlich unproblematischer.

Nachteilig ist die begrenzte Lebensdauer. Je nach Größe und Ernährung hält Zement nur Monate bis Jahre. Weil die Füllungen häufiger ausgetauscht werden, geht auf Dauer mehr Zahnschmelz verloren als bei langlebigen Alternativen.

**Die optimale Lösung ist immer: Reduzieren Sie den Konsum von Zucker. Diese Form von Vorsorge ist die billigste Lösung.**