



*Biete Zahnmedizin und gesunde  
Zähne!*

# Trägst du dieses potente Neurotoxin immer noch in der Nähe deines Gehirns mit dir herum?<sup>1</sup>

Dieses augenöffnende Video der International Academy of Oral Medicine and Toxicology ([IAOMT.org](http://IAOMT.org)) sagt mehr als tausend Worte, wenn es darum geht, die sehr reale Gefahr von Quecksilberfüllungen zu verdeutlichen.

Sie enthält eine anschauliche Demonstration, wie Quecksilberdämpfe in deine Mundhöhle gelangen, wenn du zum Beispiel kausst, zum Zahnarzt gehst oder heißen Tee oder Kaffee trinkst.

Und diese Quecksilberdämpfe werden nach jeder Stimulation noch *mindestens 1,5 Stunden* lang freigesetzt.

Die giftigen Dämpfe sind geruchlos, farblos und geschmacklos, so dass du sie nicht erkennen kannst.

wenn es passiert. Aber du kannst sicher sein, dass du, wenn du sogenannte Wenn du "Silberfüllungen" in deinem Mund hast, bist du ständig Quecksilber ausgesetzt, das leicht durch die Zellmembranen, über die Blut-Hirn-Schranke und in dein zentrales Nervensystem gelangt, wo es psychologische, neurologische und immunologische Probleme verursachen kann.



## Amalgam = Die Nummer Eins Quelle der Quecksilberexposition

Zahnamalgam ist die Hauptquelle für die Quecksilberbelastung von Amerikanern. Eine einzige Amalgamfüllung setzt bis zu 15 Mikrogramm Quecksilber pro Tag frei. Eine Durchschnittsperson hat acht Amalgamfüllungen und könnte bis zu 120 Mikrogramm Quecksilber pro Tag aufnehmen. Zum Vergleich: Der Verzehr von quecksilberhaltigen Meeresfrüchten belastet dich mit etwa 2,3 Mikrogramm pro Tag - und das ist genug für Wissenschaftler, um eine [weltweite Warnung](#) auszusprechen!

Leider sind sich zwar viele über die Gefahren der Quecksilberschmutzung in der Umwelt bewusst, aber nur wenige sind so gut informiert, wenn es um die Gefahren geht, die von Zahnamalgam ausgehen.

Leider [weiß nur jeder Vierte, dass Silberamalgam Quecksilber enthält](#), und die Zahnindustrie nutzt diese Unwissenheit aus. Ein Teil des Problems besteht darin, dass

schon der Name "Silberfüllungen" zu suggerieren scheint, dass sie aus Silber bestehen - eine Irreführung, die die Mehrheit der Verbraucher lange Zeit im Dunkeln gelassen hat.

---

<sup>1</sup> Die Artikel stammen von <http://www.mercola.com/>

Leider besteht Amalgam zu *mehr als 50 Prozent* aus *Quecksilber*. Wenn man die Industrie darauf anspricht, antwortet sie, dass der Begriff "Silber" die *Farbe* und nicht die Zusammensetzung des Amalgams bezeichnen soll...

Aber auch Zahnärzte wurden aktiv dazu überredet, diese Informationen unter Verschluss zu halten, und sie sind in keiner Weise verpflichtet, ihre Patienten über den Quecksilbergehalt von Amalgamfüllungen zu informieren. Erst 2009 hat die [FDA entschieden, dass Patienten nicht gewarnt werden dürfen](#) - auch *nicht* junge Frauen und Eltern von Kleinkindern -, dass das Quecksilber aus Amalgamfüllungen ein Fortpflanzungs- und Nervengift ist, obwohl Schwangere und Kleinkinder am stärksten von der Quecksilbervergiftung betroffen sind.

## Ein veraltetes und gefährliches zahnmedizinisches Werkzeug

In den [Worten von Charlie Brown](#), Präsident der World Alliance for Mercury-Free Dentistry: *"Amalgam ist ein primitives, umweltschädliches Produkt aus dem 19. Die Medizin hat sich seitdem weiterentwickelt."*

Leider hat sich dieser Aspekt der Zahnmedizin nicht geändert. Die [American Dental Association](#) (ADA) gibt Amalgamfüllungen (Quecksilberfüllungen) weiterhin ihr Gütesiegel, indem sie erklärt:

*"Amalgam wird von Zahnärzten seit mehr als einem Jahrhundert verwendet und ist das am gründlichsten erforschte und getestete Restaurationsmaterial unter allen verwendeten Materialien. Es ist langlebig, einfach zu verarbeiten, sehr verschleißfest und im Vergleich zu anderen Materialien relativ preiswert. Aus diesen Gründen bleibt es eine geschätzte Behandlungsoption für Zahnärzte und ihre Patienten."*

Der Gipfel der Ironie ist, dass Zahnamalgam als Gefahrgut in die Zahnarztpraxis geliefert wird und Amalgamreste ebenfalls als Gefahrgut behandelt werden und besondere Vorsichtsmaßnahmen für die Entsorgung erfordern. Dennoch implantieren die meisten Zahnärzte dieses gefährliche Material gerne direkt in deinen Mund und versichern, dass es absolut sicher und harmlos ist!

## Die Gesundheitsgefahren von Quecksilberfüllungen

Quecksilber ist ein starkes Nervengift, das dein Gehirn, dein zentrales Nervensystem und deine Nieren schädigen kann, und wenn du es mit anderen Legierungen mischst und in den Mund nimmst, wird es NICHT plötzlich harmlos... Kinder und Föten, deren Gehirne sich noch entwickeln, sind am meisten gefährdet, aber jeder kann betroffen sein. Je mehr Amalgam du hast, desto größer ist natürlich dein Risiko, gesundheitliche Probleme zu bekommen. In dem Video wird das gezeigt:

- Als Amalgam in Schafe eingesetzt wurde, breiteten sich bereits nach 30 Tagen erhebliche Mengen Quecksilber aus der Füllung aus und reicherten sich im Kiefer, in der Leber, in den Nieren und im Magen der Tiere an.
- Auch die Fähigkeit der Schafsnieren, Inulin abzubauen, sank um 60 Prozent - ein

Hinweis auf eine Nierenfehlfunktion.

- In der Darmflora der Primaten [wurden antibiotikaresistente dystrophische Bakterien entdeckt](#), und zwar innerhalb von nur zwei Wochen, nachdem sie Quecksilberfüllungen erhalten hatten.
- Quecksilberfüllungen schädigen die ADP-Ribosilierung von neuronalen Proteinen im Gehirn.

- Als trächtigen Schafen Amalgamfüllungen eingesetzt wurden, wurde das Quecksilber sofort auf die Plazenta und alle Teile des Fötus übertragen. Nach der Geburt stiegen die Quecksilberwerte des Nachwuchses weiter an, weil er die Muttermilch aufnahm.

Quecksilber ist besonders schädlich für dein zentrales Nervensystem (ZNS). Studien zeigen, dass Quecksilber im ZNS psychologische, neurologische und immunologische Probleme verursacht:

Herzrhythmusstörungen und Kardiomyopathien	Persönlichkeitsveränderungen und Reizbarkeit	Verschwommene Sicht
Tremors	Kopfschmerzen	Verlangsamte mentale Reaktion
Schlaflosigkeit	Schwäche	Unsicherer Gang

Erschwerend kommt hinzu, dass sich Quecksilber sehr fest mit den Strukturen deines zentralen Nervensystems verbindet. Wenn es nicht aktiv entfernt wird, hat Quecksilber eine extrem lange Halbwertszeit von 15 bis 30 Jahren!

## **WARNUNG! Amalgam muss VORSchriftsmäßig entfernt werden**

Es sollte klar sein, dass es so etwas wie eine sichere Quecksilberfüllung einfach nicht gibt. Mach aber bitte NICHT den Fehler, deine Amalgamfüllungen von einem Zahnarzt entfernen zu lassen, der nicht in der sicheren Entfernung von Amalgam geschult ist. Dies könnte dich aufgrund der großen Mengen an Quecksilberdampf, die bei der Entfernung freigesetzt werden, enormen Gesundheitsrisiken aussetzen.

Untersuchungen haben gezeigt, dass der Quecksilbergehalt in deinem Blut um das Drei- bis Vierfache ansteigen kann, wenn du während des Entfernungsvorgangs keine angemessenen Sicherheitsvorkehrungen triffst, was zu einer akuten Vergiftung führen kann. BITTE ...

Achte darauf, dass du dich an einen sogenannten biologischen Zahnarzt wendest, der darin geschult ist, Quecksilberfüllungen richtig zu entfernen. Einige Dinge, die getan werden müssen, um dich (und deinen Zahnarzt) während des Eingriffs zu schützen, sind:

- Wir stellen dir eine alternative Luftquelle zur Verfügung und weisen dich an, nicht durch den Mund zu atmen,
- Benutze ein Kaltwassersprühgerät, um die Quecksilberdämpfe zu minimieren,
- Einen Kofferdam in den Mund stecken, damit du keine Giftstoffe verschluckst oder

einatmest,

- Benutze immer einen großvolumigen Evakuierer in der Nähe des Zahns, um den Quecksilberdampf abzusaugen,

- Wasche deinen Mund sofort aus, nachdem die Füllungen entfernt wurden (der Zahnarzt sollte nach der Entfernung auch die Handschuhe wechseln),
- Reinige sofort deine Schutzkleidung und dein Gesicht, sobald die Füllungen entfernt sind,
- Raumluftreiniger verwenden.

Eine vollständige Beschreibung, wie Quecksilberamalgam sicher entfernt werden kann, findest du in dieser [PDF-Datei der International Academy of Oral Medicine and Toxicology \(IAOMT\)](#). Die richtige Vorgehensweise wird auch in dem Video erklärt. Hier findest du einige Quellen, die dir dabei helfen, einen in biologischer Zahnheilkunde ausgebildeten Zahnarzt zu finden:

- [Kampagne von Consumers for Dental Choice für quecksilberfreie Zahnmedizin](#)
- [IAOMTs Datenbank](#)
- [Internationale Akademie für biologische Zahnmedizin und Medizin](#)
- [Die Ganzheitliche Zahnärztliche Vereinigung](#)

Vermeide es, den gleichen Fehler zu machen wie ich vor 20 Jahren, als ich alle meine Amalgamfüllungen von einem kompetenten Zahnarzt entfernen ließ, der ein Ältester der Kirche war, die ich besuchte. Leider wusste er nichts über die Quecksilbertoxizität und traf keine Vorsichtsmaßnahmen, was zu Nierenschäden führte. Außerdem musste ich alle Kronen entfernen lassen, die er mir eingesetzt hatte, weil sie aus Metall waren. Das war ein sehr teurer und gesundheitsschädigender Fehler.

Ich schlage außerdem vor, dass du [dich gesund ernährst, BEVOR du deine Füllungen entfernen lässt](#), denn du willst deine Entgiftungsmechanismen vor der Entfernung optimieren. Um Quecksilber zu entfernen, das sich bereits in deinem Körper angesammelt hat, empfehle ich dir, mein [Quecksilber-Entgiftungsprotokoll](#) durchzulesen, in dem beschrieben wird, was du jetzt tun kannst, um deinen Körper von diesem Gift zu befreien. Wenn deine Quecksilberwerte ernsthaft erhöht sind, solltest du mit einem sachkundigen Arzt zusammenarbeiten, der dich bei der Entgiftung unterstützt.

## **Mach mit im Kampf gegen die Verwendung von Quecksilber in der Zahnmedizin!**

Während der Aktionswoche für quecksilberfreie Zahnmedizin bitte ich dich dringend, diesen Artikel in deinen sozialen Netzwerken zu teilen, um andere aufzuklären. Gemeinsam können wir die Verwendung von giftigem Quecksilber in der Zahnmedizin beenden.

Die Hälfte der Zahnärzte in den USA, Großbritannien, Australien und Kanada legen keine Quecksilberfüllungen mehr ein; sie verwenden immer quecksilberfreie Alternativen und nie Amalgam. Da sie den Übergang zur quecksilberfreien Zahnmedizin geschafft haben, könnte das auch die andere Hälfte. Und Consumers for Dental Choice ist hier, um sicherzustellen, dass sie es auch tun.

Charlie Brown, Leiter von Consumers for Dental Choice, reist im Oktober nach Nairobi, um eine weltweite Delegation zu leiten, die an den Verhandlungen über das

Quecksilberabkommen teilnimmt. Er wird von einem Team aus Zahnärzten, Verbrauchern, Anwälten und Wissenschaftlern begleitet, die dafür kämpfen, dass Amalgam in das Abkommen aufgenommen wird. Wenn die Welt darüber entscheidet, ob wir weiterhin Quecksilber in den Mündern von Kindern zulassen, steht viel auf dem Spiel. Hier erfährst du, was du in deinem Land oder Staat tun kannst:

## Amerikaner:

Unser größtes Problem ist die Food and Drug Administration (FDA), die sich mit der American Dental Association (ADA) zusammengetan hat, um das Quecksilber zu vertuschen und dich glauben zu lassen, dass du Silber statt Quecksilber in deinen Mund bekommst. Die FDA versteckt die Warnungen vor Amalgam absichtlich tief in ihren Vorschriften, damit die Eltern sie nicht sehen. Auf ihrer Website gibt die FDA den Zahnärzten grünes Licht, die Verbraucher weiterhin mit dem Begriff "Silberfüllungen" zu täuschen.

"Die Amerikaner sind bereit für das Ende von Amalgam". So lautete das Thema der Zeugenaussage vor dem US-Außenministerium am 18. August von der ehemaligen Senatorin des Bundesstaates West Virginia, Charlotte Pritt. Ja, die Amerikaner sind bereit. Aber die FDA ist es nicht. Also lasst uns ihnen eine Botschaft schicken.

Vor neun Monaten rieten Wissenschaftler der FDA, alle Patienten und Eltern über das Quecksilber zu informieren und Amalgam für Kinder und Schwangere zu verbieten. Doch die FDA sitzt - eigentlich in der Tasche der American Dental Association - und ignoriert ihre eigenen Wissenschaftler.

Bitte schreibe dem Direktor des FDA Center for Devices, Jeff Shuren, [jeff.shuren@fda.hhs.gov](mailto:jeff.shuren@fda.hhs.gov). Frage Dr. Shuren, warum die FDA weiterhin die Wissenschaftler ignoriert und das Quecksilber vor amerikanischen Eltern und Verbrauchern verheimlicht. Frag, wann die FDA mit der Welt in Sachen Quecksilber Schritt halten wird.

Dr. Jeff Shuren, Direktor  
Center for Devices, U.S. Food & Drug Admin.  
10903 New Hampshire  
Ave. WO66-5431, Raum  
5442  
Silver Spring, MD 20993-0002  
Telefon: 301-796-5900  
Fax: 301-847-8149  
Fax: 301-847-8109

## Kalifornier:

Dr. Shuren kommt am 22. September zu einer "Stadtversammlung" nach San Francisco. Wir bitten die Nordkalifornier dringend, daran teilzunehmen. Sie findet von 8 bis 12 Uhr im Embassy Suites Hotel, San Francisco Airport, statt (Telefon 650.589.3400).

In Südkalifornien organisiert Consumers for Dental Choice einen stadtweiten Angriff auf Amalgam - und braucht Freiwillige. Wenn du bei der Basisarbeit helfen möchtest, indem du Anhörungen im Stadtrat organisierst, Petitionen sammelst und Telefongespräche führst, melde dich unter [announcements@toxictooth.org](mailto:announcements@toxictooth.org)

## Australier:

Eure Regierung, liebe Aussies, steht beim Quecksilberabkommen an letzter Stelle und

fordert die Welt auf, das Handtuch zu werfen, anstatt sich für den Ausstieg aus der Quecksilberzahnmedizin einzusetzen. Eine großartige neue Gruppe hat sich gegründet: Australians for Mercury-Free Dentistry (Australier für quecksilberfreie Zahnmedizin), angeführt von der Zahnärztin Lisa Matrize und der Verbraucheraktivistin Anna Priest.

Wir bitten dich dringend, auf die Website zu gehen und beizutreten:  
<http://www.mercuryfreedentistry.com.au/>

 Menschen weltweit:

Wenn du nicht auf dieser Liste stehst, kannst du trotzdem viel tun - Dominique Bally, ein herausragender junger Anwalt von der Elfenbeinküste, leitet zum Beispiel die Kampagne für ein amalgamfreies Afrika. Wenn du irgendwo helfen willst und nichts auf der obigen Liste für dich dabei ist, schreibe Charlie Brown, [charlie@toxicateeth.org](mailto:charlie@toxicateeth.org)

Consumers for Dental Choice setzt sich für den Schutz deiner Gesundheit - und der Gesundheit deiner Kinder - auf der ganzen Welt ein. Consumers for Dental Choice ist mit dieser wichtigen Aufgabe auf staatlicher und lokaler, nationaler und internationaler Ebene betraut und würde sich über deine Hilfe freuen! Bitte ziehe eine Spende an Consumers for Dental Choice in Betracht, eine 501(c)(3) gemeinnützige Organisation, die sich für eine quecksilberfreie Zahnmedizin einsetzt.

**Danke, dass du die quecksilberfreie Zahnmedizin unterstützt!**

# Verboten für Haustiere und Nutztiere ... Aber okay für dich und deine KINDER?<sup>2</sup>

Zahnamalgam wird seit dem amerikanischen Bürgerkrieg verwendet. Sie sind ein Anachronismus, der durch Patente der Dentalindustrie aufrechterhalten wurde, und es gibt eine Verschwörung des Schweigens, die darauf abzielt, die 75 Prozent der Amerikaner, die nicht wissen, dass Amalgamfüllungen tatsächlich zu 50 Prozent aus Quecksilber bestehen, in Unkenntnis zu halten.

Das sagt Charlie Brown, der 1996 die Organisation Consumers for Dental Choice gegründet hat:

*"Die einzige Möglichkeit, Amalgam zu vermarkten, bestand darin, das Quecksilber zu verstecken. Die einzige Möglichkeit, das Quecksilber zu verstecken, war eine koordinierte Anstrengung, um sicherzustellen, dass niemand die Sache auffliegen lässt. Zu Beginn unserer Bewegung sahen wir uns mit einem eisernen Dreieck konfrontiert: drei große Kräfte: Die American Dental Association, die von der Unwissenheit der Verbraucher profitiert; die Food and Drug Administration, die in der Hosentasche der American Dental Association sitzt ... und die staatlichen Zahnärztekammern, die den Zahnärzten sagten: "Ihr müsst schweigen."*

*Die American Dental Association hatte eine Knebelregel und sagte: "Sprich das M-Wort nicht aus. Erzähle den Leuten nichts von Quecksilber; sage nicht, dass es giftig ist, oder es wird Konsequenzen haben." Die Folgen waren, dass die Landes Zahnärztekammern in den 1990er Jahren Zahnärzten die Zulassung entzogen und vielen weiteren mit dem Entzug der Zulassung drohten.*

Glücklicherweise hat in den letzten 10 Jahren fast die Hälfte aller Zahnärzte in den USA die Gefahren von Amalgam erkannt und die Verwendung von Amalgam in ihrer Praxis eingestellt. Aber die verbleibenden 50 Prozent der Zahnärztinnen und Zahnärzte verwenden sie immer noch, und das macht derzeit zwischen 240-300 Tonnen Quecksilber aus, die jedes Jahr auf den Markt kommen. In den Vereinigten Staaten sind Zahnarztpraxen der zweitgrößte Verbraucher von Quecksilber - und dieses Quecksilber gelangt auf dem einen oder anderen Weg in unsere Umwelt.

## Wusstest du schon...?

Zahnamalgam kann weitreichende Probleme verursachen, wie zum Beispiel:

- Die Exposition gegenüber Quecksilber, dem giftigsten und am stärksten verdampfenden Schwermetall, kann deine Nieren schädigen, das sich entwickelnde neurologische System deines Kindes dauerhaft schädigen und sogar dein ungeborenes Kind im Mutterleib töten.
- Um Amalgam zu implantieren, bohrt der Zahnarzt die gesunde Zahnschicht auf, um den für das Amalgam notwendigen Krater auszuschneiden - ein primitiver Prozess, der die Zahnstruktur irreversibel schwächt. Mit einer geschädigten

Zahnstruktur und einer Füllung auf Metallbasis, die sich bei Temperaturschwankungen ausdehnt und zusammenzieht, ist es viel wahrscheinlicher, dass Zähne mit Amalgam Jahre später Risse bekommen, die weitere zahnärztliche Maßnahmen erforderlich machen.

---

<sup>2</sup> Die Artikel stammen von <http://www.mercola.com/>

- Amalgam ist eine Gefahr am Arbeitsplatz, vor allem für junge weibliche zahnmedizinische Angestellte, die eine erhöhte Rate an Fortpflanzungsfehlern aufweisen.
- Zahnärztliches Quecksilber ist die Hauptquelle für Quecksilber in unseren Abwässern, so dass die Zahnärzte die Rechnung für ihre Verschmutzung an die Steuerzahler und die Wassergebührenzahler weiterreichen.

***Warum sollte ein primitives, umweltverschmutzendes Produkt aus der Zeit vor dem Bürgerkrieg, das zu 50 Prozent aus Quecksilber besteht und Zähne knackt, immer noch in deinen Mund gelangen?***

Amalgam wurde in der Zeit des Bürgerkriegs von der neuen American Dental Association eingeführt, die einen politischen Kampf mit den Ärzten des Mundes gewann, die die Verwendung von Quecksilber in der Mundpflege als Kunstfehler bezeichneten. Der Zahnarzt James Hardy aus Florida bezeichnet in seinem Buch *Mercury Free* die Einführung von Amalgam und die Gründung der American Dental Association als "Zwillingsgeburt".

## **Warum verwendet die Hälfte aller Zahnärzte immer noch Quecksilberamalgam?**

Wir kennen jetzt die Risiken. Warum also verwendet die Hälfte der Zahnärzte weiterhin das Füllungsmaterial, das schon ihre Urgroßväter verwendet haben? Ist es der Preis? Nein. Die Alternativen zu Amalgam sind preislich vergleichbar - oder sogar günstiger. Amalgam ist teurer als Glasionomere, die mit einer quecksilberfreien Technik namens Atraumatic Restorative Treatment (ART) eingesetzt werden können. ART erfordert kein Bohren, nur Handinstrumente und ist praktisch schmerzfrei.

Amalgam kostet bei kleineren Löchern genauso viel wie Kompositfüllungen (auch Harz genannt), obwohl Komposit bei großen Löchern ein paar Euro mehr kosten kann. Aber wenn du die schreckliche Umwelt- und Gesundheitskatastrophe hinzurechnest, die Amalgam verursacht, sind die Kosten für die Gesellschaft natürlich viel höher ...

## **Die Antwort ist: Profite!**

Amalgam ist schnell und einfach. Zahnärzte verdienen mehr Geld pro Stuhl und Tag, wenn sie Quecksilber implantieren. Bei der fabrikmäßigen Zahnheilkunde, bei der die Zähne Dollarzeichen statt eines Teils des Menschen sind, bohren, füllen und berechnen Zahnärzte. Der Begriff "bohren, füllen und abrechnen" ist ein Scherz, den angehende Zahnärzte in der Schule lernen. Nur dass der Witz uns und unseren Kindern gilt: Sie zählen ihr Geld, und uns wird ein dampfendes Nervengift einen Zentimeter neben unserem Gehirn oder dem unserer Kinder implantiert.

Und da Amalgam die Zahnstruktur schädigt und die Zähne rissig macht, profitieren die Quecksilber-Befürworter noch lange nach dem ersten Einsatz von Amalgam. Zähne mit Amalgam erfordern auf lange Sicht mehr zahnärztliche Arbeit. Für die Quecksilberbefürworter unter den Zahnärzten *ist Amalgam also das Geschenk, das immer wieder gemacht wird.*

# Wie können Pro-Quecksilber-Zahnärzte Mit schadstofffreien Zahnärzten konkurrieren?

Der für Quecksilber eintretende Berufsverband der Zahnärzte, die American Dental Association, hat beim Kongress, der Food and Drug Administration, den staatlichen Zahnärztekammern und den Medien alle Hebel in Bewegung gesetzt, um das Quecksilber im Amalgam zu vertuschen.

1. Erstens hat die ADA den irreführenden Begriff "Silberfüllungen" populär gemacht, damit die Verbraucher denken, Amalgam bestehe hauptsächlich aus Silber (tatsächlich enthält es doppelt so viel Quecksilber wie Silber).
2. Zweitens führte sie eine unerbittliche Kampagne, um Konkurrenten und Kritiker der Zahnmedizin des 19. Jahrhunderts zum Schweigen zu bringen, vor allem die mutigen Zahnärzte, die erkannten, dass ihre Führung so grundlegend im Irrtum war.

Laut ihrer eigenen Selbstbeschreibung scheint sich die American Dental Association mehr darauf zu konzentrieren, für Produkte zu werben - und dafür gut bezahlt zu werden - als für ihre zahnärztlichen Mitglieder. Am Ende ihrer Pressemitteilungen hat die ADA häufig geschrieben:

*"Die gemeinnützige ADA ist der größte zahnärztliche Verband des Landes und vertritt mehr als 155.000 zahnärztliche Mitglieder. Als führende Quelle für Informationen zur Mundgesundheit setzt sich die ADA seit 1859 für die Gesundheit der Bevölkerung ein und fördert die Kunst und Wissenschaft der Zahnmedizin. In den hochmodernen Forschungseinrichtungen der ADA werden zahnmedizinische Produkte und Materialien entwickelt und getestet, die die zahnmedizinische Praxis vorangebracht und die Patientenerfahrung positiv beeinflusst haben. Das ADA-Anerkennungssiegel ist seit langem ein wertvoller und angesehener Leitfaden für Verbraucher und professionelle Produkte. Weitere Informationen über die ADA findest du auf der Website des Verbandes unter [www.ada.org](http://www.ada.org)."*

Von den fünf Sätzen bezieht sich einer auf die Mitglieder und drei auf das ADA-Produktanerkennungssystem. Das "ADA Seal of Acceptance" (ADA-Anerkennungssiegel) ist ein System, bei dem Unternehmen die ADA dafür bezahlen, dass sie ihre Produkte befürworten. Im Gegensatz dazu wird die American Medical Association keine Produkte gegen Bezahlung unterstützen; das wird als unethisch angesehen.

Die ADA besitzt zwei Patente auf Amalgam, die Patentnummern 4.018.600 und 4.078.921. Sie sind zwar abgelaufen, aber als sie noch in Kraft waren, hat die ADA unglaubliche Anstrengungen unternommen, um die quecksilberfreie Zahnmedizin auszulöschen und die aufkommenden Kritiker der quecksilberhaltigen Zahnmedizin zu unterdrücken.

## Die Rolle der American Dental Association

Wie sorgt die ADA dafür, dass die Quecksilberbefürworter unter den Zahnärzten bleiben - und dass die Amalgamhersteller weiter Gewinne machen? So geht's:

 Die "Silberfüllungen"-Täuschung

Goldfüllungen werden Gold genannt, weil sie aus Gold bestehen. Die ADA-Broschüren, die für Quecksilberfüllungen werben, haben diesen Vergleich aufgegriffen und sie als "Silberfüllungen" bezeichnet.

Die ADA behauptet, der Begriff bedeute "silberfarben", aber wen wollen sie damit täuschen? In meinem Wörterbuch ist die erste Definition von "Silber" das Element. Die Farbe ist die vierte Definition, nach dem Element, dem Tauschmittel, den Münzen und dem Essgeschirr.

Consumers for Dental Choice kämpfte mit ihrer Kampagne für quecksilberfreie Zahnmedizin gegen die Täuschung durch "Silberfüllungen". In Kalifornien haben sie den Begriff "Say the M word" (Sag das M-Wort) ins Leben gerufen, der dazu führte, dass in diesem Bundesstaat und in mehreren anderen Staaten und Städten Informationsblätter über Amalgam herausgegeben wurden. Diese Merkblätter, die Zahnärzte ihren Patienten aushändigen müssen, informieren die Öffentlichkeit darüber, dass Amalgam aus Quecksilber besteht.

## Die Knebelregel

Als die Amalgam-Patente noch in Kraft waren, nutzte die ADA ihre Macht, um die Entwicklung der quecksilberfreien Zahnmedizin zu blockieren, indem sie eine Verhaltensregel erließ, die es Zahnärzten verbot, mit ihren Patienten über Quecksilber zu sprechen:

*"Auf der Grundlage der verfügbaren wissenschaftlichen Daten hat die ADA festgestellt, dass die Entfernung von Amalgamrestorationen bei nicht allergischen Patienten zum angeblichen Zweck der Entfernung giftiger Substanzen aus dem Körper, wenn eine solche Behandlung ausschließlich auf Empfehlung oder Vorschlag des Zahnarztes durchgeführt wird, unangemessen und unethisch ist."*

Ja, die ADA sagt, dass es für einen Zahnarzt *unethisch* ist, seinen Patienten die Wahrheit zu sagen!

Dank einer außergewöhnlichen Kampagne der Consumers for Dental Choice (Verbraucher für zahnärztliche Wahl) ist die Knebelvorschrift nun so gut wie außer Kraft gesetzt. In Zusammenarbeit mit den Gesetzgebern der Bundesstaaten, mit Bürgerrechtsorganisationen, mit den Generalstaatsanwälten der Bundesstaaten (Charlie Brown, der Leiter der Verbrauchergruppe, war einer von ihnen) und mit einer empörten Bürgerschaft gelang es der Bewegung für eine quecksilberfreie Zahnmedizin, das Recht auf freie Meinungsäußerung für Zahnärztinnen und Zahnärzte in den Parlamenten, vor den Gerichten und in der Öffentlichkeit wiederherzustellen.

## Rent-a-Congressman

Wie sieht es mit dem politischen Prozess aus? Wir haben zwar Freunde im Kongress, Republikaner wie den Kongressabgeordneten Dan Burton und Senator Mike Enzi, und Demokraten wie den Kongressabgeordneten Dennis Kucinich und den Kongressabgeordneten Gregory Meeks. Aber sie sind rar gesät.

Die ADA ist in den Hallen des Kongresses besonders hinterhältig. Sie beauftragt ihre Untergebenen im Kongress - Mitglieder beider politischer Parteien - nicht damit, Gesetzesentwürfe zu schreiben, Anhörungen durchzuführen oder gar Reden zu halten. Stattdessen *erkauft sich die ADA das Schweigen und die Untätigkeit der Kongressabgeordneten*. Kommt dir das bekannt vor? Es war die gleiche Taktik, die Big

Tobacco jahrzehntelang angewandt hat.

Auf bundesstaatlicher Ebene ist es das Gleiche; in einigen Landeshauptstädten hat die ADA das größte politische Aktionskomitee. Die Taktik ist dieselbe: Nichts tun, nichts sagen und das Geld der PACs kassieren.

## Die Kinder Amerikas unter Druck setzen

In der Legislative von Maine ist das Geld nicht König. Der Bundesstaat verfügt über faire Praktiken, die Fremdgelder begrenzen und gleiche Bedingungen für nicht finanzierte Kandidaten schaffen. Da die ADA nicht in der Lage war, sich den Weg an die Macht zu erkaufen, griff sie zu offener Machtausübung. In der Legislative von Maine wurde ein Gesetzentwurf eingebracht, der die Abschaffung von Amalgam vorsah. Die ADA schlug zurück und drohte damit, die Behandlung von Kindern in Maine zu verweigern, wenn ihre Zahnärzte ihr bevorzugtes Füllungsmaterial nicht verwenden könnten. Sollte Amalgam verboten werden, drohte die ADA:

*"Das Ergebnis wird sein, dass Behandlungen verzögert, **verweigert** oder gar nicht in Anspruch genommen werden. Das ist keine Situation, die die Zahnärztinnen und Zahnärzte in Maine, in den Vereinigten Staaten oder unsere politischen Entscheidungsträger akzeptieren können."*

Einige Jahre später hat die ADA-Sektion Pennsylvania das gleiche Machtspiel gegen Kinder mit Behinderungen gespielt. Durch ein Gesetz in der Stadt Philadelphia wurden die Eltern über die schrecklichen Gesundheitsrisiken von Amalgam für ihre Kinder aufgeklärt. In den innerstädtischen Kliniken bestanden die Eltern auf einer quecksilberfreien Zahnbehandlung - genau wie die Eltern in den wohlhabenden Gegenden. Aber für die Pennsylvania Dental Association sollten die Eltern in den Innenstädten die Brosamen nehmen, die ihre Zahnärzte ihnen anboten: Quecksilberfüllungen oder keine Füllungen.

Ein Leiter einer zahnärztlichen Vereinigung verlangte von den Eltern behinderter Kinder, eine Freigabe zu unterschreiben, die es ihm erlaubte, ihren Kindern Quecksilberfüllungen einzusetzen; als sie sich weigerten, verweigerte er jegliche Behandlung. Keine Zahnreinigungen. Nichts... Eltern aus Vorstädten gehen vielleicht zu einem Zahnarzt um die Ecke, aber für Eltern von Kindern mit Behinderungen, die einer Minderheit angehören, ist es nicht leicht, einen Zahnarzt zu finden - und dieser Zahnarzt wusste das. Unglaublich, dass die Pennsylvania Dental Association - die behauptet, die Wahlfreiheit für Kinder in den Vorstädten zu unterstützen - die Position dieses Zahnarztes unterstützte.

Zum Glück war die Geschichte damit noch nicht zu Ende. Dieses gefühllose Machtspiel der Pennsylvania Dental Association - Kindern mit Behinderungen die zahnärztliche Versorgung zu verweigern, wenn sie nicht mit Quecksilberfüllungen einverstanden sind - erregte die Aufmerksamkeit der Behindertenrechtsgemeinschaft. Die Beratende Kommission für Behinderungen des Gouverneurs von Pennsylvania verabschiedete eine Resolution, in der dieses ADA-Kapitel verurteilt wurde.

# Der überraschende 32-Jahre-Skandal, der diese giftige Substanz in deinem Kopf gehalten hat!<sup>3</sup>

Die US-amerikanische Food and Drug Administration (FDA), einst der weltweite "Goldstandard" für die Regulierung von Lebensmitteln, Medikamenten und Geräten, hat sich von einer Regulierungsbehörde der Industrie zu einem Gefangenen der Industrie entwickelt.

Politikwissenschaftler sind nicht überrascht. Die Entwicklung vom strengen Regulator zum passiven Regulator und zum *Gefangenen der Industrie* ist ein Muster in Washington. Solange eine Behörde nicht ein umfassendes System zur Wiederbelebung einführt, geht die Spirale weiter. Aber die FDA scheint sich damit wohlfühlen, die Handlangerin der Industrie zu sein; sie hat der Behörde viel Geld eingebracht und lukrative Jobs nach der Zeit bei der FDA.

Das große Geld steckt in dem bezahlten Zulassungssystem der FDA. Medikamentenhersteller zahlen siebenstellige Beträge in die Kassen der FDA, um die Zulassung ihrer Medikamente zu erhalten. Die Mitarbeiter der FDA wissen, dass das Geld höhere Gehälter und mehr Vergünstigungen im Budget der Behörde bedeutet.

Die Arzneimittelhersteller wissen, dass die hohen Gebühren kleine Wettbewerber mit guten Ideen davon abhalten, ihre Produkte auf den Markt zu bringen. Der Schulterschluss zwischen der FDA und den großen Arzneimittel- und Geräteherstellern wird immer enger, während innovative Unternehmer ausgeschlossen werden und die Öffentlichkeit doppelt verliert: Gute Arzneimittel werden nicht berücksichtigt und umstrittene Medikamente werden abgesegnet.

## FDA: Gefangene der amerikanischen Konzerne

Ein weiteres bitteres Erbe der bundesstaatlichen Regulierung ist die "Drehtür", bei der Insider zwischen gut bezahlten Positionen in der Industrie und hochrangigen FDA-Positionen, die diese Industrie regulieren, hin- und herwechseln.

Diejenigen, die in der politischen Partei sind, die nicht mehr an der Macht ist, haben bequeme Jobs, bis sie wieder an die Macht kommen, und dann nehmen die Mitglieder der Partei, die nicht mehr an der Macht ist, die hochbezahlten Jobs in der Industrie an. Die derzeitige FDA-Kommissarin Margaret Hamburg, die von Henry Schein, Inc., dem größten Verkäufer von Dentalprodukten und auch von medizinischen Produkten, zur FDA kam, ist ein perfektes Beispiel dafür.

Hamburg war ein hoher Beamter in der Clinton-Administration, so dass der CEO von Schein, Stanley Bergman, ein aktiver Demokrat, Hamburg während der Bush-II-Jahre für die leichte Arbeit eines Vorstandsmitglieds abstellte und ihr Millionen von Dollar zahlte, damit sie gerne an Sitzungen teilnahm und gelegentlich Berichte einreichte.

Als Bergmans Partei 2009 wieder an die Macht kam, begleitete er Hamburg zurück durch

die Drehtür - als Kommissar der mächtigsten Lebensmittel- und Arzneimittelbehörde der Welt, der FDA.

---

<sup>3</sup> Die Artikel stammen von <http://www.mercola.com/>

## FDA vertuscht Quecksilber aus Amalgam seit 32 Jahren vor den Verbrauchern

Das schmutzige Geheimnis der konventionellen Zahnmedizin ist folgendes: Diese "Silberfüllungen" sind kein Silber. Sie bestehen hauptsächlich aus Quecksilber - und Quecksilber ist natürlich ein virulentes Nervengift, das Babys im Mutterleib töten, bei Kindern dauerhafte Hirnschäden verursachen und bei Erwachsenen irreversible Nierenschäden hervorrufen kann (neben vielen anderen Dingen).

Wenn die Industrie ein Gesundheitsproblem vertuscht, besteht die Lösung in den USA seit einem Jahrhundert darin, sich an die FDA zu wenden. Aber bei Amalgam, wie bei vielen anderen Gesundheitsproblemen, die unser Leben in den letzten Jahren beeinflusst haben, war die FDA untätig - sie hat sich darauf konzentriert, den Amerikanern den Zugang zu Produkten zu verwehren, die die Amerikaner wollen und brauchen und die nicht schädlich sind, anstatt ihren gesetzlichen Pflichten nachzukommen.

Im Fall von Amalgam war der Gesetzesverstoß eklatant und anhaltend - und führte schließlich zu scharfen Worten und einer direkten Anordnung eines Bundesrichters der Vereinigten Staaten. Im Jahr 1976 wies der Kongress die FDA an, jedes Medizinprodukt zu klassifizieren (das Risiko zu bestimmen). Zahnfüllungen sind ein Medizinprodukt. Die FDA klassifizierte daraufhin alle Füllungsmaterialien mit Ausnahme des am weitesten verbreiteten und umstrittensten Materials - Quecksilberamalgam. Trotz Briefen, Petitionen, Anhörungen im Kongress und einem Gerichtsverfahren weigerte sich die FDA, sich zu bewegen. Die FDA hatte nicht die Absicht, das zu tun, wozu sie laut Gesetz verpflichtet war. Und warum?

Denn durch die Klassifizierung von Amalgam müsste die FDA das schmutzige kleine Geheimnis der Zahnmedizin lüften - sie müsste der amerikanischen Bevölkerung sagen, dass Amalgam hauptsächlich aus Quecksilber besteht. Anstatt die Eltern darüber zu informieren, dass ihr Kind eine Dosis des giftigsten und flüchtigsten Schwermetalls bekommt, war die FDA der stille Partner der quecksilberfreundlichen American Dental Association. 32 Jahre lang, von 1976 bis 2008, hat sich die FDA über das Gesetz hinweggesetzt. Und sie würde es immer noch tun, wenn Charlie Brown und Consumers for Dental Choice sie nicht verklagt hätten.

Im Jahr 2008 verklagte Charlie Brown die FDA. Die US-Bezirksrichterin Ellen Huvelle berief eine Anhörung ein und wollte wissen, warum sich die FDA weigert, Amalgam zu klassifizieren. Als der Anwalt der FDA sagte, die Behörde arbeite daran, war die Richterin ungläubig - und ordnete eine Schlichtung zwischen den Parteien an, um einen Termin für die Einstufung festzulegen.

Da die FDA noch nicht wirklich mit ihrer Arbeit begonnen hatte und sich ihre Regelung noch in der öffentlichen Kommentierungsphase befand, würde die Beseitigung aller rechtlichen Hürden über ein Jahr dauern. Daher stimmte die FDA zu, neben der Einstufung bis August 2009 auch ihre Website neu zu gestalten. Der stellvertretende FDA-Kommissar Randall Lutter und Charlie Brown verhandelten die Website Zeile für Zeile, und zum ersten Mal gab die FDA diese offene und ernsthafte Warnung vor Amalgam heraus: *Zahn amalgam enthält Quecksilber, das neurotoxische Auswirkungen auf das Nervensystem von sich entwickelnden Kindern und Föten haben kann."*

## **Der neue FDA-Beauftragte kommt aus der Vorstandsetage der Nummer 1 unter den Zahnamalgamverkäufern des Landes**

In der Zeit zwischen dem gerichtlichen Vergleich und der endgültigen Klage wurde Margaret Hamburg zur Kommissarin ernannt - sie kam direkt aus der Vorstandsetage von Amerikas größtem Amalgamverkäufer. Um ernannt zu werden, musste Hamburg eine Vereinbarung unterzeichnen, in der sie versprach:

1. Um ihre Schein-Aktien und Aktienoptionen zu verkaufen,
2. sich nicht an Regulierungsangelegenheiten zu beteiligen, die Schein betreffen, während er diese Optionen besitzt,

Unterschreibe sie, aber sie hatte anscheinend ihre Finger gekreuzt. Als sie ihre Aktien verkaufte, behielt Hamburg ihre Aktienoptionen, die innerhalb weniger Wochen von "unter Wasser" (ohne Wert) zu einem Marktwert wurden. Mit dem Versprechen, ihre Verbindungen zu Schein zu kappen, setzte sie angeblich den regelmäßigen Schriftverkehr mit dem Chefsyndikus von Schein über ihre private E-Mail fort. Charlie Brown schrieb ihr am 1. Juni 2009, um sich zu erkundigen, ob sie sich von der Arbeit an der Amalgam-Regelung zurückgezogen (disqualifiziert) habe.

Ohne auch nur zu antworten, berief sie ein Treffen mit der besten Freundin der American Dental Association bei der FDA, der Zahnärztin Susan Runner, ein. Am 1. Juli stellten die Henry Schein-Absolventin Hamburg und die Pro-Amalgam-Zahnärztin Runner in einer Sitzung, deren Notizen in den öffentlichen Unterlagen nicht mehr auffindbar sind, eine schändliche Regelung für Amalgam auf, die es erlaubte, das Quecksilber weiterhin zu verbergen, die Warnhinweise für Kinder und Ungeborene so tief in der Regelung zu verstecken, dass niemand sie finden würde, und die es Runner erlaubte, als Sprecherin der FDA Amalgam für sicher zu erklären.

Ende Juli stellte Runner dieses Monstrum von einer Regel vor, zusammen mit einer Website, auf der alle Formulierungen versteckt waren, auf die sich Brown und Lutter geeinigt hatten (Lutter war zu diesem Zeitpunkt von Hamburg zu einer anderen Behörde versetzt worden). Unmittelbar nach Runners Ankündigung schrieb der Chefsyndikus von Schein an Hamburg, dass Schein ihr für ihre Arbeit als Kommissarin "zu Dank verpflichtet" sei.

## **"Beispielloser" öffentlicher Aufschrei gegen die Amalgam-Regel der FDA**

Verbraucherinnen und Verbraucher auf der ganzen Welt reagierten heftig auf die Entscheidung der FDA, die Amalgam-Vertuschung fortzusetzen. Die Zahl der Briefe, E-Mails, Telefonanrufe und Faxe war so groß, dass ein führender Journalist der Fachpresse, Jim Dickinson von *FDA Webview*, schrieb: *"Keine endgültige Regelung in der modernen Geschichte der FDA, vielleicht sogar noch nie, hat so viel organisierten Widerstand hervorgerufen"*.

Die American Dental Association suchte die Hilfe der FDA, um staatliche und lokale Merkblätter zu kippen, die eindeutig vor den Risiken von Amalgam warnen, aber Consumers for Dental Choice hat einen zweiten Angriff auf unser Recht auf Wissen abgewehrt. Anfang 2010 wich die FDA in einer dramatischen Konfrontation in Philadelphia allen Andeutungen aus, das Merkblatt der Stadt abschwächen zu wollen, und bat die Stadt sogar, nicht zu handeln, weil die FDA ihre Optionen prüfe.

Die FDA drohte mit Vergeltungsmaßnahmen gegen den Anführer dieser Graswurzel-Opposition; ihr Pressechef schrieb Kommissar Hamburg und dem stellvertretenden Kommissar Joshua Sharfstein, dass die FDA ein "Endspiel um [Charlie] Brown" veranstalten müsse.

## **Verhandlungen für einen weltweiten Vertrag aufnehmen Umgang mit Quecksilber**

Im Jahr 2010 wendete sich das Blatt. Die Staaten der Welt begannen eine Reihe von Treffen, um einen Vertrag über Quecksilber auszuhandeln. Es ist ein großes Verdienst der Vereinigten Staaten, dass sie sich nicht nur aktiv an den Verhandlungen beteiligt haben, sondern auch eine Führungsrolle übernommen haben - Verhandlungen, die alle wichtigen Verwendungszwecke von Quecksilber, einschließlich Amalgam, betreffen. Während das Außenministerium, die Umweltschutzbehörde und der Rat für Umweltqualität des Weißen Hauses nach Möglichkeiten suchten, Quecksilber in unserer Gesellschaft auslaufen zu lassen oder zumindest zu reduzieren, war die FDA der Außenseiter.

Eine bekannte Anwältin, Ellen Brown, nannte den Bruch zwischen dem Schutz von Amalgam durch die FDA und der Haltung der Obama-Regierung den "Quecksilber-Unfug". Ihr Artikel in der *Huffington Post* trug die Überschrift: "[Während Obama vor den Gefahren warnt, genehmigt die FDA Quecksilber-Zahnfüllungen](#)".

Im Juni 2010 zog sich die FDA zurück und kündigte an, dass sie die Amalgamvorschrift, die sie nur 10 Monate zuvor erlassen hatte, überdenken würde. Die FDA kündigte an, dass sie im Dezember ein wissenschaftliches Gremium einberufen würde, um festzustellen, welche Änderungen vorgenommen werden müssen.

## **Dezember 2010 Anhörungen**

Zwei Tage lang wurden abwechselnd wissenschaftliche und emotionale Aussagen gemacht, die selbst die von der FDA ausgesuchten Wissenschaftler überzeugten. Ohne Gegenstimme empfahlen sie der FDA, unverzüglich zu handeln:

1. Sorge dafür, dass alle Verbraucher und alle Eltern wissen, dass Amalgam hauptsächlich aus Quecksilber besteht,
2. Stoppe die Verwendung von Amalgam bei Kindern und Schwangeren,

Der Podiumsteilnehmer Dr. Suresh Kotagal - ein Kinderneurologe an der Mayo Clinic - brachte es auf den Punkt: "Quecksilber hat bei Kindern nichts zu suchen. Die Anhörungen wurden von einer beispiellosen Presseberichterstattung begleitet: Jeder Sender und die meisten großen Zeitungen berichteten, dass die FDA das Gesundheitsrisiko von Amalgam ermittelt.

## **FDA Town Meetings**

Aber die FDA hat trotzdem nicht gehandelt. Stattdessen organisierte Jeff Shuren, Direktor des Center for Devices (Amalgam ist ein Produkt), im Jahr 2011 drei "Town Meetings", um Bedenken über die FDA-Politik zu äußern. Sowohl in Dallas als auch in Orlando war die

Beteiligung überwältigend und es ging um Amalgam und die Vertuschung durch die FDA. Auch bei diesen Treffen wurde in der Presse ausführlich über die Untätigkeit der FDA berichtet.

Das dritte "Town Meeting" findet am 22. September in San Francisco statt. Wenn du in Nordkalifornien wohnst und daran teilnehmen möchtest, schreibe Charlie Brown, [charlie@toxicateeth.org](mailto:charlie@toxicateeth.org)

Am 29. Juli signalisierte Direktor Shuren, dass er bald handeln könnte. In einem Brief an diejenigen, die die FDA zum Handeln aufgefordert hatten, schrieb Shuren:

*"Wir stimmen zu, dass das Gremium [der Wissenschaftler im Dezember] Fragen zu Unsicherheiten bei früheren Risikobewertungen von Quecksilberdampf und zur Empfindlichkeit bestimmter Bevölkerungsgruppen gegenüber Quecksilber aus Zahn amalgam aufgeworfen hat. Wir weisen darauf hin, dass wir derzeit unsere Regulierungsoptionen prüfen, um zu bestimmen, welche Schritte die Behörde unternehmen wird, um diese Bedenken auszuräumen."*

# Wirst du ausgetrickst, damit du diese Neurotoxin in der Nähe deines Gehirns?<sup>4</sup>

Quecksilber ist ein unglaublich starkes Nervengift; es braucht nicht viel, um schwere Schäden zu verursachen, denn es ist ein absolutes Gift. Wenn du die Quecksilbermenge in einem gewöhnlichen Thermometer in einen kleinen See legen würdest, würde dieser See aufgrund von Umweltgefahren geschlossen werden. Wenn du jedoch eine "silberne" Amalgam-Zahnfüllung bekommst, gelangen viel größere Mengen in deinen Mund, denn der Großteil der Füllung besteht aus Quecksilber.

## Amalgam- oder "Silber"-Füllungen sind eigentlich Quecksilber-Füllungen

Schätzungen zufolge wissen 75 Prozent der Amerikaner nicht, dass Amalgamfüllungen zu 50 Prozent aus Quecksilber bestehen, und das ist kein Zufall. Die American Dental Association (ADA) hat den irreführenden Begriff "Silberfüllungen" eingeführt, damit die Verbraucher denken, Amalgam bestehe hauptsächlich aus Silber, obwohl es in Wirklichkeit doppelt so viel Quecksilber wie Silber enthält. Wie Charlie Brown, der 1996 die Organisation Consumers for Dental Choice gegründet hat, feststellte:

*"Die American Dental Association ist im Grunde ein gigantischer Betrüger, wenn es um Amalgam geht, denn jahrelang hat sie Amalgam als Silberfüllungen beworben, obwohl es das nicht ist. Es ist ein gigantischer Betrug an den Verbrauchern, der von Tausenden von Zahnärzten in den Vereinigten Staaten begangen wird, die das Wort Silberfüllungen verwenden, obwohl das bei weitem häufigste Material Quecksilber ist.*

*Die FDA verteidigt Amalgam und sagt, das Wort Silber kommt daher, dass sie silberfarben sind. Die FDA weiß es besser. Sie weiß, dass sie eine Lüge aufrechterhält. Die Food and Drug Administration ist im Grunde der Vertreter der American Dental Association und schützt die Verwendung von Quecksilberfüllungen.*

*Dieser Schutz besteht weiter, obwohl zwei wissenschaftliche Gremien in Folge - diese Wissenschaftler wurden von der FDA selbst ausgewählt - die Wissenschaftler kamen und zur Überraschung der FDA-Mitarbeiter den FDA-Mitarbeitern sagten: Ihr liegt falsch. Ihr müsst die Verwendung von Amalgam bei schwangeren Frauen verbieten. Ihr müsst die Verwendung von Amalgam für Kinder stoppen. Ihr müsst beides jetzt tun und sicherstellen, dass jeder Verbraucher und alle Eltern wissen, dass Amalgam kein Silber ist, sondern Quecksilber."*

Die meisten Amerikanerinnen und Amerikaner wissen nicht nur nicht, dass Silberfüllungen Quecksilber enthalten, sondern auch nicht, welche Risiken dies für deine Gesundheit birgt. Sobald du eine Quecksilberfüllung hast, besteht das Risiko weiter, denn bei jedem Kauen setzt das Quecksilber einen Dampf in deinem Mund frei, der sich mit der Zeit langsam in deinem Gewebe ablagert und nicht verschwindet.

# Was sind die **Gesundheitsrisiken** von Quecksilberfüllungen?

---

<sup>4</sup> Die Artikel stammen von <http://www.mercola.com/>

Das metallische Quecksilber, das von Zahnärzten zur Herstellung von Amalgam verwendet wird, wird als Gefahrgut zur Zahnarztpraxis transportiert. Amalgamreste werden ebenfalls als Gefahrgut behandelt und müssen unter besonderen Vorsichtsmaßnahmen entsorgt werden, da sie weitreichende Gesundheitsschäden verursachen können. Charlie Brown erklärt:

*" ... Quecksilber ist ein Reproduktionstoxin. Das bedeutet natürlich, dass es deinem ungeborenen Kind schaden kann. Es ist ein Neurotoxin, das heißt, es kann dein Gehirn schädigen. Es ist ein Nephrotoxin, das heißt, es kann deine Nieren schädigen. Es gibt keine sichere Menge an Quecksilber. Der Zahnarzt oder die Zahnärztin spielt russisches Roulette mit deinem Kind oder dir, wenn er oder sie dir eine Quecksilberfüllung gibt."*

Praktisch jede Art von Stimulation kann dazu führen, dass diese Füllungen Quecksilber freisetzen. Essen, Trinken, Zähneputzen, Zähneknirschen, Kaugummi kauen, einfach alles. Wenn du die freigesetzten Dämpfe selbst sehen willst, [schau dir dieses schockierende Video an](#).

Quecksilberdampf aus den Amalgamen dringt leicht durch die Zellmembranen, über die Blut-Hirn-Schranke und in dein zentrales Nervensystem ein, wo er psychologische, neurologische und immunologische Probleme verursacht. Kinder und Föten, deren Gehirne sich noch entwickeln, sind am meisten gefährdet, aber eigentlich kann jeder betroffen sein.

Außerdem ist zahnmedizinisches Quecksilber die Hauptquelle für Quecksilber in unseren Abwässern, so dass die Zahnärzte die Rechnung für die Beseitigung ihrer Verschmutzung den Steuerzahlern und den Wasserzahlern überlassen. Und dieses Quecksilber landet in deiner Nahrung, wo es deine Gesundheit weiter schädigen kann, wenn du Fisch und andere kontaminierte Meeresfrüchte isst.

## **Hat die American Dental Association Willst du Süßigkeiten essen?**

Du weißt vielleicht, dass schlechte Ernährung, einschließlich des Verzehrs von Zucker, der Hauptgrund ist, warum Menschen Karies in ihren Zähnen bekommen. Die ADA propagiert, dass du weniger Zucker essen sollst, damit du weniger Karies bekommst, aber in Wirklichkeit unterhält sie Beziehungen zu den Herstellern einiger der schädlichsten Produkte für deine Zähne, nämlich Limonade! Brown erklärt:

*"Die American Dental Association will, dass du mehr Karies bekommst. Sie nahmen eine Million Dollar pro Jahr von Coca Cola ein, bis sie entdeckt wurden. Sie sagen dir, dass sie Karies reduzieren wollen. Dabei wollen sie mehr Karies. Der Weltverband der Zahnärzte nimmt Geld vom Mars-Süßigkeiten-Koloss, also von Wrigley, dem Mars-Schokoriegel, Snickers und so weiter. Sie nehmen Geld von ihnen."*

*Ihre Propaganda lautet: Wir wollen, dass du weniger Zucker isst. Aber die Süßwarenhersteller und Coca Cola würden der American Dental Association und der World Dental Federation nicht so viel Geld zukommen lassen, wenn sie wirklich glauben würden, dass die ADA ihnen glaubt. Du wirst nie sehen,*

*dass die ADA in der Öffentlichkeit sagt: "Iss weniger, iss keine Süßigkeiten, iss keinen Zucker", denn das ist gut fürs Geschäft. Je mehr Zucker, desto mehr Geld, und das ist der Grund, warum Amalgam verwendet wird."*

Amalgam wurde in der Zeit des Bürgerkriegs von der neuen American Dental Association eingeführt, die einen politischen Kampf mit den Ärzten des Mundes gewann, die die Verwendung von Quecksilber in der Mundpflege als Kunstfehler bezeichneten. Der Zahnarzt James Hardy aus Florida bezeichnet in seinem Buch Mercury Free die Einführung von Amalgam und die Gründung der American Dental Association als "Zwillingsgeburt".

Die Wahrheit ist, dass Amalgam für konventionelle Zahnärzte die Haupteinnahmequelle ist. Amalgam ist schnell und einfach zu verarbeiten, und Zahnärzte verdienen mehr Geld pro Stuhl und Tag, wenn sie Quecksilber implantieren.

## 50 Prozent der Zahnärzte sind jetzt quecksilberfrei

Wir stehen kurz davor, echte Veränderungen im Kampf für eine quecksilberfreie Zahnmedizin herbeizuführen, und das liegt vor allem an Leserinnen und Lesern wie dir, die sich die Zeit genommen haben, der FDA zu schreiben, um ihrer Stimme in dieser Sache Gehör zu verschaffen. Consumers for Dental Choice und die World Alliance for Mercury-Free Dentistry, deren Präsident Charlie Brown ist, waren ebenfalls wichtige Katalysatoren für Veränderungen. Sie haben maßgeblich dazu beigetragen, dass Zahnärzte die Freiheit haben, die Wahrheit über Quecksilber in den Füllungen zu sagen.

Davor hatte die American Dental Association sogar eine Art Nachrichtensperre verhängt, die Zahnärzten mit dem Entzug ihrer Lizenz drohte, wenn sie das "M"-Wort (Quecksilber) gegenüber ihren Patienten erwähnten! Zu dieser Zeit, in den 1990er Jahren, waren nur 3 Prozent der Zahnärzte quecksilberfrei.

Brown und seine Organisationen zogen vor Gericht und erklärten, dass Zahnärzte nach der Verfassung der Vereinigten Staaten das Recht haben, mit ihren Patienten zu sprechen, zu werben und die Wahrheit zu sagen - und sie gewannen. Jetzt können Zahnärzte das "M"-Wort sagen, und infolgedessen sind 50% der Zahnärzte quecksilberfrei! Dies ist eine der Möglichkeiten, wie du mit deinem Geldbeutel abstimmen und einen enormen Einfluss auf die Wirtschaft und die Umwelt ausüben kannst. [Finde einen quecksilberfreien Zahnarzt!](#) Wie Brown sagt:

*"Es ist einfach an der Zeit, dass die Zahnmedizin erkennt, dass die Amalgam-Ära vorbei ist. Wenn sie es nicht begreifen, muss die Welt sagen, dass wir es loswerden müssen, aber der erste Schritt ist, dass du deinem Zahnarzt und deiner Praxis sagst: Ich weiß, dass Amalgam Quecksilber ist. Gebt es nicht meinem Kind. Gebt es nicht an mich weiter. Wir werden es nicht tolerieren. Ehrlich gesagt, solltest du nicht zu einem Zahnarzt gehen, der noch Quecksilberfüllungen verwendet. Du solltest zu einem quecksilberfreien Zahnarzt gehen.*

*Amalgam ist ein primitives, umweltschädliches Produkt aus der Zeit vor dem Bürgerkrieg. Es hatte in der Zahnmedizin des 20. Jahrhunderts nichts zu suchen und um Himmels willen, wir leben jetzt im 21. Ich rufe die Zahnärzte in Amerika auf, aufzuwachen. Aber wenn sie nicht aufwachen, wenn sie darauf bestehen, Kindern weiterhin Quecksilber in den Mund zu stecken, dann gib diesem Zahnarzt bitte kein Geld. Geh nicht mehr zu diesem Zahnarzt."*

# Gute Nachrichten Zahnmedizin um Karies rückgängig zu machen<sup>5</sup> ...

Die meisten Menschen betrachten eine Karies oder sogar eine [Wurzelbehandlung](#) als eine kleine Unannehmlichkeit. Aber wenn dein Zahn so weit kariös geworden ist, dass eine Karies zu sehen ist, ist das ein wichtiges Zeichen dafür, dass krankheitsverursachende Bakterien begonnen haben, dein Immunsystem und deinen Körper zu überwältigen.

Tatsächlich werden deine Zähne ständig von den Lebensmitteln, die du isst, den Getränken, die du trinkst, und von Bakterien angegriffen, so dass dein Körper ständig daran arbeitet, kleine Schäden am Zahnschmelz zu reparieren. Wenn du gesund bist, sollte das ausreichen, um zu verhindern, dass sich Karies bildet, aber wenn die Bakterien dein System überwältigen, kann Karies die Folge sein.

Karies entsteht auf deinen Zähnen, wenn die säureproduzierenden Bakterien im Zahnbelag das Mineral in deinen Zähnen auflösen. Die Karies ist zunächst mikroskopisch klein, kann aber immer größer und zahlreicher werden, bis sie mit einer Füllung oder Krone ausgebohrt und repariert, eine [Wurzelbehandlung durchgeführt](#) oder der Zahn entfernt werden muss. Aber jetzt haben Forscher/innen eine Paste entwickelt, die diesen Kariesprozess stoppen und sogar *umkehren* kann und deinem Körper hilft, deine Zähne von innen heraus wieder aufzubauen.

## Ist das das Ende des Zahnarztbohrers?

Forscher/innen der Universität Leeds haben eine peptidbasierte Flüssigkeit namens P 11-4 entwickelt. Wenn P 11-4 auf einen kariösen Zahn aufgetragen wird, bildet es ein gelartiges Gerüst, das Kalzium anzieht und so den Wiederaufbau des Zahns unterstützt. Das [berichtet die Universität Leeds in einer Pressemitteilung](#):

*"In der Praxis bedeutet das, dass die Flüssigkeit, wenn sie auf den Zahn aufgetragen wird, in die durch den Säureangriff entstandenen Mikroporen sickert und dann spontan ein Gel bildet. Dieses Gel bildet dann ein 'Gerüst' oder Gerüst, das Kalzium anzieht und die Mineralien des Zahns von innen heraus regeneriert, was eine natürliche und schmerzfreie Reparatur ermöglicht."*

Als die Flüssigkeit an einer kleinen Gruppe von Erwachsenen mit frühzeitiger Karies getestet wurde, zeigten die Ergebnisse, dass P 11-4 den Schaden erfolgreich rückgängig machte und das Zahngewebe regenerierte. Dies sind die neuesten Daten einer vielversprechenden neuen zahnmedizinischen Strategie. In ähnlicher Weise gelang es Wissenschaftlern 2008, mit Hilfe einer kalziumhaltigen Ionenlösung [das Dentin wieder aufzubauen und einige Teile der Zähne zu remineralisieren](#).

Die Regeneration deines Zahns von innen ist eine weitaus bessere Option als das heute übliche "Bohren und Füllen"-Modell, und es scheint eine Technik zu sein, die bald in vielen Zahnarztpraxen verfügbar sein könnte. Abgesehen von den offensichtlichen Vorteilen der Zahnregeneration, die den Menschen die Schmerzen und die Angst vor dem Aufbohren eines Zahns erspart, könnte dieses neue Verfahren die Verwendung von giftigen Quecksilberfüllungen praktisch überflüssig machen ([wenn unsere Bemühungen nicht dazu](#)

führen, dass sie zuerst verboten werden!

---

<sup>5</sup> Die Artikel stammen von <http://www.mercola.com/>

# Wenn du eine Karies hast, **widerstehe** dieser archaischen Zahnbehandlung

Das "Füllen und Bohren" eines Hohlraums ist eine ziemlich veraltete Praxis, aber bisher gab es keine andere praktische Lösung, um die beschädigten Bereiche eines Zahns zu entfernen und ihn zu "reparieren". Aber es kommt noch schlimmer: Etwa 50 Prozent der Zahnärzte in den USA [verwenden immer noch Quecksilber, um kariöse Zähne zu füllen](#) - und das, obwohl Quecksilber, das giftigste und am stärksten verdampfende Schwermetall, die Nieren schädigen, das sich entwickelnde neurologische System deines Kindes dauerhaft schädigen und sogar dein ungeborenes Kind im Mutterleib töten kann!

Um Amalgam zu implantieren, bohrt der Zahnarzt die gesunde Zahnschicht auf, um den für die Amalgamfüllung notwendigen Krater auszuschneiden - ein primitiver Prozess, der die Zahnstruktur irreversibel schwächt. Mit einer geschädigten Zahnstruktur und einer Füllung auf Metallbasis, die sich bei Temperaturschwankungen ausdehnt und zusammenzieht, ist es viel wahrscheinlicher, dass Zähne mit Amalgam Jahre später Risse bekommen, die weitere zahnärztliche Maßnahmen erforderlich machen.

Amalgam ist schnell und einfach. Zahnärzte verdienen mehr Geld pro Stuhl und Tag, wenn sie Quecksilber implantieren. In der fabrikmäßigen Zahnheilkunde, in der Zähne Dollarzeichen sind und nicht Teil eines menschlichen Wesens, bohren, füllen und abrechnen Zahnärzte. Der Begriff "bohren, füllen und abrechnen" ist ein Scherz, den angehende Zahnärzte in der Schule lernen. Aber wenn es um Quecksilber geht, ist das kein Scherz. Du musst wissen, dass Quecksilberdampf aus Amalgam leicht durch deine Zellmembranen, über die Blut-Hirn-Schranke und in dein zentrales Nervensystem gelangt, wo er psychologische, neurologische und immunologische Probleme verursachen kann.

Doch auch wenn es noch ein paar Jahre dauern kann, bis P 11-4 und andere zahnregenerierende Flüssigkeiten auf breiter Basis verfügbar sind, gibt es bereits jetzt solide Alternativen zu Quecksilberfüllungen. Eine der beliebtesten ist Harzkomposit, das aus einer Art Kunststoff besteht, der mit Glaspulver verstärkt ist. Im Gegensatz zu Amalgam muss bei Komposit kein großer Teil der gesunden Zahnschicht entfernt werden. Langfristig bewahrt Komposit die gesunde Zahnschicht und stärkt die Zähne, was langfristig zu einer besseren Mundgesundheit und weniger umfangreichen Zahnbehandlungen führt.

Eine weniger bekannte Alternative ist die atraumatische Füllungstherapie (auch alternative Füllungstherapie oder ART genannt), die auf Klebmaterialien für die Füllung (anstelle von Quecksilber) setzt und bei der nur Handinstrumente zum Einsetzen der Füllung verwendet werden, wodurch sie sich besonders gut für ländliche Gebiete in Entwicklungsländern eignet.

## **Kariesvorbeugung 101: Das Geheimnis gesunder Zähne**

Zahnregeneration ist sicherlich ein Fortschritt gegenüber der Verwendung von giftigen Substanzen wie Quecksilber, um deine Zähne zu füllen. Aber weißt du, was noch *besser* ist als Zahnregeneration? Deine Zähne zu schützen und Karies von vornherein zu verhindern. Wenn es um Mundhygiene und Kariesvorbeugung geht, herrscht ein regelrechter Krieg. Wenn du auf die Ratschläge der Gesundheitsbehörden und deines Zahnarztes hörst, glaubst du vielleicht immer noch, dass Fluorid die Lösung ist. Denk

nochmal nach!

Du kannst diesen [falschen Ratschlag](#) nur glauben, [wenn du die Wissenschaft \*komplett ignorierst\*](#). Eine gute Mundgesundheit und starke, gesunde Zähne sind NICHT das Ergebnis davon, dass du fluoridiertes Wasser trinkst und deine Zähne mit fluoridierter Zahnpasta putzt. Vielmehr kommt es auf deine Ernährung an.

Dr. Weston A. Price, einer der [größten Ernährungspioniere aller Zeiten](#), hat in den 1900er Jahren einige der unglaublichsten Forschungen zu diesem Thema durchgeführt, die auch heute noch von großer Bedeutung sind. Was er herausfand und in seinem klassischen Buch [Nutrition and Physical Degeneration](#) dokumentierte, war, dass die Ureinwohner, die sich traditionell ernährten, fast perfekte Zähne hatten und zu fast 100 Prozent frei von Karies waren - und das, obwohl sie keine Zahnbürsten, Zahnseide, Zahnpasta oder Wurzelkanäle und Füllungen hatten.

Aber als diese Stammesvölker mit Zucker und Weißmehl in Berührung kamen, rate mal, was passierte ... ihre Gesundheit und ihre perfekten Zähne verschlechterten sich rapide. Indem du [Zucker und verarbeitete Lebensmittel meidest](#), verhinderst du die Vermehrung der Bakterien, die Karies überhaupt erst verursachen.

Die meisten Menschen, die sich zuckerarm und mit wenig verarbeiteten Lebensmitteln ernähren, haben eine sehr niedrige Kariesrate. Wenn du also Zucker einschränkst oder ganz weglässt und verarbeitete Lebensmittel vermeidest, kannst du - zusammen mit regelmäßigen Zahnreinigungen bei deinem [quecksilberfreien Zahnarzt](#) - sicherstellen, dass deine Zähne und dein Zahnfleisch auf natürliche Weise gesund und kariesfrei bleiben.

# Nur 1 einziger Tropfen davon würde eine See genug, um das Angeln auf ihm zu verbieten<sup>6</sup> ...

Siehe YouTube-Video:

[http://www.youtube.com/watch?feature=player\\_embedded&list=PL4889B8B3827EA934&v=s9RXDWoMnmc](http://www.youtube.com/watch?feature=player_embedded&list=PL4889B8B3827EA934&v=s9RXDWoMnmc)

Ich freue mich, dass ich die Gelegenheit habe, Charlie Brown zu interviewen, einen meiner juristischen Helden im Kampf gegen Quecksilber. [Charlie war eine wichtige Kraft in der Basisbewegung gegen Quecksilberamalgam.](#)

Obwohl der Kampf mit der FDA weitergeht, räumen wir die Hindernisse für den Fortschritt aus dem Weg, indem wir ihnen immer wieder mit Fakten auf den Kopf schlagen, die sie nicht leugnen können. Und wir haben nicht vor, aufzugeben!

Dieses Thema ist einfach zu wichtig, zu entscheidend für deine Gesundheit und die langfristige Gesundheit deiner Kinder. Quecksilber ist ein starkes Schwermetallgift, das dein Gehirn, dein zentrales Nervensystem und deine Nieren vergiften kann.

Es ist ein ernstzunehmendes Gift und hat meine Nieren schwer geschädigt, als ich mir vor 17 Jahren meine Amalgamfüllungen unsachgemäß entfernen ließ. Kinder und Föten, deren Gehirne sich noch entwickeln, sind am meisten gefährdet, aber eigentlich kann jeder betroffen sein.

Tatsächlich würde ein einziger Tropfen Quecksilber in einem See den See so sehr vergiften, dass die Umweltschutzbehörde (EPA) ein Fangverbot verhängen würde. Unglaublicherweise lässt man dich aber den Mund voller dieses giftigen Metalls herumtragen und will dir weismachen, dass es seine schädliche Wirkung verliert, wenn es in deinen Zähnen steckt. Die durchschnittliche Person in den USA hat acht Amalgamfüllungen. Das ist eindeutig kein kleines Problem und erfordert dringende Maßnahmen.

## Die USA hinken hinterher, während sich die Welt bei Verbot von Quecksilber

Die FDA ist seit langem weltweit die Nummer eins, wenn es um den Schutz von Quecksilberfüllungen geht, und die USA hinken dem Rest der Welt und sogar einigen Drittweltländern hinterher, wenn es darum geht, ihre Bürger vor diesem giftigen Produkt zu schützen:

- Dänemark, Norwegen und Schweden haben Amalgam grundsätzlich verboten.
- Es gibt 5.636 Krankenhäuser in Entwicklungsländern, die sich dazu verpflichtet haben oder bereits quecksilberfrei sind. Die meisten von ihnen befinden sich auf den Philippinen, in Indien und Argentinien.
- Kanada riet Zahnärzten 1996, kein Amalgam mehr in Kinder und schwangere

Frauen einzubringen (obwohl Kanada in dieser Frage dank der jüngsten  
Stellungnahme des Chief Dental Officer Peter Cooney einen Rückschritt zu machen  
scheint).

---

<sup>6</sup> Die Artikel stammen von <http://www.mercola.com/>

In den Vereinigten Staaten verwenden vier von fünf Zahnärzten immer noch Amalgam, und das Material wird weiterhin von der American Dental Association befürwortet. Die Entschlossenheit der FDA, Quecksilberfüllungen zu schützen, hat zweifellos etwas mit ihrer Kommissarin zu tun. [Die FDA-Kommissarin Margaret Hamburg befindet sich in einem eklatanten Interessenkonflikt in Bezug auf Amalgam](#) und war dennoch an der Ausarbeitung der Regeln beteiligt, die zu der enttäuschenden Entscheidung der FDA im Jahr 2009 führten.

Hamburg kam durch die Drehtür zwischen Regierung und Privatwirtschaft zur FDA, nachdem er angeblich als Direktor von Henry Schein Inc. [Die FDA hat in der Vergangenheit die Karten](#) in ihren Beratungsgremien so [gemischt](#), dass die Position der Industrie und des Quecksilbers gestärkt wird. Doch erst kürzlich hat das US-Außenministerium einen "phasenweisen" Abbau von Quecksilberfüllungen gefordert, gefolgt von einem "eventuellen" Ausstieg. Auch in der Vorlage des Außenministeriums für den internationalen Verhandlungsausschuss für Quecksilber wird dies gefordert:

- Aufklärung von Patienten und Eltern (über Amalgam), um Kinder und Föten zu schützen.
- Schulung von Zahnärzten und Zahnärztinnen über die Umweltauswirkungen von Quecksilber in Zahnamalgamen.

Dies ist eine sehr ermutigende Entwicklung, die uns der quecksilberfreien Zahnmedizin für alle einen Schritt näher bringt. Obwohl die FDA diese Erklärung auf internationaler Ebene unterschrieben hat, muss sie die Regeln im eigenen Land noch ändern, *daher wird deine Unterstützung weiterhin benötigt*.

## **Amalgam wird häufig verwendet, da es mehr Gewinn abwirft**

Laut einer [Zogby-Umfrage](#) wären 77 Prozent der Verbraucher bereit, mehr zu zahlen, um Amalgam zugunsten von sichereren Zahnfüllungen abzuschaffen. Wenn diese Entscheidung getroffen wird, würde das die Zahl der Patienten, die dein Zahnarzt an einem bestimmten Tag in seine Praxis schicken kann, deutlich verringern.

Quecksilberfüllungen lassen sich schnell und einfach einbringen. Es ist nicht so, dass Kompositmaterialien mehr kosten - sie brauchen nur länger für die Herstellung. Zahnärzte können nicht nur jeden Tag viele Quecksilber-Amalgam-Füllungen herstellen, sondern diese Amalgamfüllungen erfordern auch die Zerstörung von viel guter Zahnschicht, was zu weiteren Zahnproblemen führen kann... das heißt, zu mehr Zahnbehandlungen, einschließlich Wurzelbehandlungen. Aus der Sicht eines Zahnarztes ist das ein Geschenk, das nicht aufhört zu geben.

Die vermeintliche Rentabilität von Quecksilberfüllungen hat zu einer Mentalität geführt, die Charlie Brown "bohren, füllen und abrechnen" nennt. Nicht nur die Tatsache, dass täglich weniger Patienten kommen, macht den quecksilberliebenden Zahnärzten Angst. Viele Zahnärztinnen und Zahnärzte fürchten sich auch vor der Möglichkeit, dass Tausende, wenn nicht sogar Millionen von Klagen erhoben werden könnten, wenn sie - oder die FDA - den Schaden zugeben, den Quecksilberamalgam für die öffentliche Gesundheit verursacht hat. Rechtsstreitigkeiten und Sammelklagen könnten der Dentalindustrie einen vernichtenden Schlag versetzen.

Wenn wir die Unterstützung der staatlichen Aufsichtsbehörden und der American Dental

Association (ADA) gewinnen wollen, muss ein gewisser Schutz vor Haftung Teil des Pakets sein. Deshalb ist der ökologische Ansatz ideal, denn er bietet einen gewissen Schutz vor der Haftung der Dentalindustrie und macht neue Vorschriften hoffentlich etwas schmackhafter und leichter durchsetzbar.

## Quecksilberfüllungen und die Umwelt

Die ADA und andere Befürworter von Quecksilber haben immer behauptet, dass Quecksilberfüllungen eine sehr kostengünstige Methode zur Behandlung von Karies sind. Aber ist das wahr? NICHT, wenn du die wahren Kosten für die menschliche Gesundheit und die Umwelt betrachtest.

Quecksilber aus Zahnarztpraxen ist tatsächlich die größte Quelle für Quecksilber im Abwasser. Laut einem Artikel von Michael Bender (Mitbegründer des Mercury Policy Project) stammen mindestens 40 Prozent des Quecksilbers, das in kommunale Kläranlagen fließt, aus Zahnarztpraxen! Und die städtischen Kläranlagen sind nicht dafür ausgelegt, dieses Quecksilber zu entfernen, so dass es schließlich [im Fisch auf deinem Teller landet](#). Das Risiko ist damit aber noch nicht vorbei.

Quecksilberfüllungen in den Zähnen einer verstorbenen Person stellen ein Risiko für die Lebenden dar. Die Emissionen aus der Verbrennung von Quecksilberfüllungen bei der Einäscherung sind ein erheblicher Verschmutzer von Luft, Wasserwegen, Boden, Wildtieren und Lebensmitteln. Sieben bis neun Tonnen Quecksilber entweichen pro Jahr bei Einäscherungen in die Atmosphäre, und es wird geschätzt, dass Krematorien bis 2020 die größte Einzelursache für Quecksilberverschmutzung sein werden, wenn sie nicht kontrolliert werden. Aus diesem Grund ist es in Schweden inzwischen vorgeschrieben, dass alle Quecksilberfüllungen vor der Einäscherung entfernt werden müssen.

**Wenn man die Umwelt- und Sanierungskosten mit einbezieht, ist Amalgam tatsächlich das teuerste zahnmedizinische Material der Welt!**

Es ist absolut sinnvoll, die Gesetzesänderung in Bezug auf Amalgam aus der Umweltperspektive anzugehen, weshalb der Quecksilbervertrag die Umweltsanierung in den Mittelpunkt stellt.

**Eine großartige Alternative für die Behandlung kleinerer Karies: Atraumatische restaurative Behandlung (ART)**

"Bohren und Füllen" ist nicht die einzige Option für die Behandlung von Karies. Bei kleineren Kariesfällen hat sich eine weniger invasive und weniger schmerzhaftere Technik namens Atraumatic Restorative Treatment (ART) als sehr effektiv erwiesen, vor allem in unterversorgten Bevölkerungsgruppen in Entwicklungs- und Industrieländern. Bei der ART wird der kariöse Bereich manuell mit Handwerkzeugen ausgegraben, sodass keine teuren Bohrer und keine Anästhesie nötig sind.

Da die ART nicht invasiv ist, wird sie von den Patienten sehr gut vertragen und sie [haben weniger Schmerzen als bei herkömmlichen Füllungen](#). Und die Weltgesundheitsorganisation (WHO) hat die Technik als "[akzeptable und wirksame Behandlung zur Kontrolle und Vorbeugung von Karies in sozioökonomisch benachteiligten Gemeinden](#)" anerkannt. ART wird derzeit in mindestens 25 Ländern eingesetzt und ist in mindestens drei Ländern fester Bestandteil der zahnmedizinischen Ausbildung. Ein großer

Vorteil dieser weniger invasiven Behandlung ist, dass man kein Zahnarzt sein muss, um sie durchzuführen. Auch Dentalhygieniker/innen, Zahnarzthelfer/innen und andere entsprechend ausgebildete Personen können die ART durchführen.

Die Zahnärzteschaft war nicht gerade erpicht darauf, auf diesen Zug aufzuspringen, da sie befürchtete, dass dies ihr exklusives Monopol bei der Beseitigung von Karies beeinträchtigen würde. Ich stimme Charlie Brown jedoch zu, dass Zahnärzte mit komplizierteren Arbeiten immer noch viel Geld verdienen würden. Wahrscheinlich würden sie sogar noch MEHR verdienen, weil die Arbeiten, die nur sie durchführen können, komplizierter und damit für den Verbraucher teurer sind.

## Wie du die Räder des Fortschritts am Laufen halten kannst

Wir haben jetzt zwei Sitzungen hinter uns und noch drei vor uns, um das internationale Quecksilberabkommen zu verabschieden. Wenn alles gut geht, wird das Abkommen 2013 unterzeichnet. Sobald das Abkommen unterzeichnet ist, muss der Kongress es umsetzen, und das kann noch einige Jahre dauern. In der Zwischenzeit müssen wir den Druck auf die FDA aufrechterhalten, und es gibt einige Schritte, die du unternehmen kannst, um dabei zu helfen:

1. Erzähle deiner Familie, deinen Freunden und Nachbarn die Wahrheit über Zahnamalgame. Lass dich von deinem Zahnarzt nicht zu einer Amalgamfüllung für dich oder dein Kind überreden. Es ist nicht der Mund deines Zahnarztes - es ist DEIN Mund. Und um DEIN Portemonnaie, in dem eine Menge Kaufkraft steckt. Wenn dein Zahnarzt darauf besteht, dass Quecksilber sicher ist, solltest du dir einen [quecksilberfreien Zahnarzt](#) suchen.
2. Ziehe in Erwägung, dem FDA-Direktor der Division of Dental Devices, Anthony Watson, zu schreiben: [anthony.watson@fda.hhs.gov](mailto:anthony.watson@fda.hhs.gov).

Frag Mr. Watson:

- Da das FDA-Wissenschaftsgremium selbst empfiehlt, dass Amalgam bei Kindern, Schwangeren und überempfindlichen Personen "auf keinen Fall" implantiert werden sollte, wie schnell wirst du Maßnahmen ergreifen, um diese gefährdeten Bevölkerungsgruppen vor diesem Gift zu schützen?
  - Da **die FDA die Pflicht hat, die Verbraucher darüber zu informieren**, dass Amalgam Quecksilber enthält, das das Nervensystem von Ungeborenen, Kindern und überempfindlichen Menschen schädigen kann, wann beabsichtigt die FDA, diese Warnung auf ihrer Website und in den **Etiketten für die** Verbraucher deutlich zu machen?
  - Da Kommissar Hamburg behauptet, die FDA sei der Transparenz verpflichtet, wie will die FDA die Öffentlichkeit über ihre Fortschritte in der Amalgamfrage auf dem Laufenden halten?
3. Ziehe in Erwägung, der von Charlie Brown gegründeten Organisation [Consumers for Dental Choice](#) beizutreten oder zu spenden. Sie ist eine großartige Informationsquelle und eine Möglichkeit, über quecksilberpolitische Themen auf dem Laufenden zu bleiben.

Ich ermutige dich, dich zu engagieren.

# Das Vitamin, das besser ist als Fluorid bei der Reduzierung von Hohlräumen<sup>7</sup> ...

Studien haben geografische Unterschiede bei der Zahngesundheit und dem Zahnverlust mit der Sonneneinstrahlung in Verbindung gebracht. Es hat sich gezeigt, dass Karies in umgekehrtem Verhältnis zu den durchschnittlichen Sonnenstunden pro Jahr steht: Menschen, die im sonnigen Westen leben, haben nur halb so viele Karies wie Menschen im viel weniger sonnigen Nordosten. Das [berichtet der Vitamin-D-Rat](#):

*"In den 1920er und 1930er Jahren gab es auch mehrere Studien über Vitamin D und Zahnkaries. May Mellanby und ihre Kollegen in Sheffield, England, untersuchten in den 1920er Jahren die Rolle von Vitamin D für die Zähne.*

*Die ersten Versuche fanden mit Hunden statt, bei denen festgestellt wurde, dass Vitamin D die Verkalkung der Zähne anregt. Anschließend untersuchten sie die Wirkung von Vitamin D auf Zahnkaries bei Kindern und fanden eine positive Wirkung.*

*Weitere Studien an Kindern in New York untersuchten Karies in Abhängigkeit von der Jahreszeit, der künstlichen UVB-Strahlung und der oralen Vitamin-D-Zufuhr und kamen zu dem Ergebnis, dass **800 IE/Tag nötig sind, um Karies wirksam zu verhindern.**"*

Zwei vorgeschlagene Mechanismen, die diesen positiven Effekt verursachen, sind:

- Vitamin D wirkt sich positiv auf den Kalziumstoffwechsel aus und,
- Vitamin D, das in deinem Körper als Reaktion auf die Sonneneinstrahlung gebildet wird, induziert Cathelicidin, ein antimikrobielles Peptid, das Mundbakterien angreift, die mit Zahnkaries in Verbindung stehen.

[Laut dem Vitamin D Council](#):

*"Die Verwendung von Vitamin D scheint eine bessere Option zur Verringerung von Zahnkaries zu sein als die Fluoridierung der kommunalen Wasserversorgung, da es viele zusätzliche gesundheitliche Vorteile von Vitamin D gibt und eine Reihe von negativen Auswirkungen der Wasserfluoridierung wie Fluorose (Fleckenbildung) an Zähnen und Knochen. ... **Eine 25-Hydroxyvitamin-D-Konzentration im Serum von 30-40 ng/ml (75-100 nmol/L) sollte die Bildung von Zahnkaries deutlich reduzieren.** (Der durchschnittliche weiße Amerikaner hat einen Wert von etwa 25 ng/ml, während der durchschnittliche schwarze Amerikaner einen Wert von etwa 16 ng/ml hat)."*

## Mundgesundheit, Herzkrankheiten und Vitamin D

Wie du wahrscheinlich weißt, werden viele öffentliche Wasserversorgungen in den USA

mit Fluorid behandelt, angeblich um Karies zu verhindern. Es gibt jedoch überwältigende Beweise dafür, dass die Einnahme von Fluorid NICHT der richtige Weg ist, um deine Zähne zu schützen.

---

<sup>7</sup> Die Artikel stammen von <http://www.mercola.com/>

Im Gegenteil, Fluorid ist ein starkes Gift, und über 40 Prozent der amerikanischen Kinder und Jugendlichen zeigen Anzeichen einer Fluoridüberbelastung in Form von [Zahnfluorose](#) - [unschöne](#) gelbe oder braune Flecken oder Sprengeln auf den Zähnen.

Der Konsum von Fluorid wird auch mit [einer langen Liste anderer Gesundheitsprobleme](#) in Verbindung gebracht. Der Gedanke, dass Vitamin D zum Schutz vor Karies beitragen kann, ist sehr interessant und macht tatsächlich viel Sinn, da wir bereits wissen, dass es für die Gesundheit der Knochen notwendig ist. Vitamin D regt auch ein bestimmtes Gen an, das über 200 antimikrobielle Peptide produziert, von denen einige wie Breitbandantibiotika wirken, darunter Cathelicidin, das Mundbakterien angreift. Interessant ist auch der [Zusammenhang zwischen Mundgesundheit, Herzgesundheit](#) und Vitamin-D-Status.

Zahnfleischerkrankungen erhöhen zum Beispiel dein Risiko für mehrere andere schwere Krankheiten, darunter Lungenentzündung, Lungenerkrankungen, Diabetes und Schlaganfall - und auch Vitamin-D-Mangel wird mit einem erhöhten Risiko für all diese Krankheiten in Verbindung gebracht! Dies ist ein schönes Beispiel für die gegenseitige Abhängigkeit zwischen scheinbar unterschiedlichen Systemen in deinem Körper.

## **Sonneneinstrahlung kann für die Herzgesundheit wichtig sein**

Der Zusammenhang zwischen Zahnfleischerkrankungen und Herzkrankheiten ist vielleicht nicht offensichtlich, aber *chronische Entzündungen* sind ein Kennzeichen beider Erkrankungen und Entzündungen in deinem Körper spielen eine wichtige Rolle bei der Bildung von Plaque in deinen Arterien, was zu einem Herzinfarkt führen kann. Und wie bereits erwähnt, hilft Vitamin D bei der Bekämpfung von Entzündungen.

Außerdem wirkt sich nach [Untersuchungen von Dr. Stephanie Seneff](#) das Vitamin D, das in deiner Haut als Reaktion auf die Sonneneinstrahlung gebildet wird, auf deinen *Schwefelstatus* aus, der ebenfalls eine entscheidende Rolle bei Herzerkrankungen spielen kann. Es gibt also viele zusammenhängende Faktoren, die sich gegenseitig beeinflussen und so dein Risiko für eine Reihe von Gesundheitsproblemen erhöhen oder senken. Was hat also die Sonneneinstrahlung mit der Herzgesundheit zu tun?

Dein Herz braucht *Cholesterinsulfat* für eine optimale Funktion. Wenn du einen Mangel an Cholesterinsulfat hast (aufgrund von Cholesterinmangel in deinem Körper), versucht dein Körper, dein Herz zu schützen, indem er arterielle Plaque bildet, denn die Blutplättchen *produzieren Cholesterinsulfat in der Plaque*. Dr. Seneff glaubt, dass der Mechanismus, den wir als "Herz-Kreislauf-Erkrankung" bezeichnen und für den die arterielle Plaque kennzeichnend ist, in Wirklichkeit die Art und Weise ist, wie dein Körper den Mangel an Cholesterinsulfat ausgleicht.

Wenn du deine Haut der Sonne aussetzt, synthetisiert deine Haut Vitamin *D3-Sulfat*, eine wasserlösliche Form von Schwefel, die sich frei in deinem Blutkreislauf bewegen kann und somit leicht verfügbar ist. Oral eingenommenes Vitamin D3 hingegen ist unsulfatiert, und diese Form braucht LDL (das sogenannte "schlechte" Cholesterin) als Transportmittel. Sie vermutet, dass die einfache orale, nicht sulfatierte Form von Vitamin D nicht dieselben herzgesunden Vorteile bietet wie das Vitamin D, das in deiner Haut durch Sonneneinstrahlung gebildet wird, weil es nicht in Vitamin D-Sulfat umgewandelt werden kann und daher deinen Schwefelstatus nicht verbessert. Das ist ein weiterer Grund,

warum du dich wirklich bemühen solltest, deinen gesamten Vitamin-D-Bedarf durch Sonneneinstrahlung zu decken!

# Dein Vitamin-D-Spiegel steht in direktem Zusammenhang mit deinem Risiko für Herzkrankheit

Aber das ist noch nicht alles. Dr. Carlos Camargo von der Harvard University [schrieb](#) kürzlich [einen Leitartikel](#) über die wachsende Zahl von Studien, die einen Zusammenhang zwischen niedrigen Vitamin-D-Werten und Herzinfarkt, Herzversagen, Schlaganfall, Bluthochdruck und Diabetes herstellen. Eine aktuelle Studie ergab, dass jede 10 ng/ml niedrigere Vitamin-D-Konzentration im Blut ein um neun Prozent höheres Sterberisiko und ein um 25 Prozent höheres Risiko für einen Herzinfarkt mit sich bringt.

Wie in [Dr. Camargos Leitartikel](#) erwähnt, gebührt die Anerkennung dem Epidemiologen Professor Robert Scragg aus Neuseeland, der diesen Zusammenhang 1981 als Erster entdeckte. Seine bevölkerungsbezogene Fall-Kontroll-Studie ergab einen starken umgekehrten Zusammenhang zwischen dem 25-Hydroxyvitamin-D-Spiegel im Blut und dem Risiko für einen Herzinfarkt.

[Wie der Vitamin-D-Rat berichtet](#), laufen derzeit zwei große, bevölkerungsbezogene, randomisierte, doppelblinde, placebokontrollierte Studien zu den gesundheitlichen Auswirkungen von Vitamin-D-Präparaten. Eine davon findet in Harvard statt und befasst sich mit Krebs und Herzkrankheiten. Die andere wird in Neuseeland durchgeführt und befasst sich mit Herzerkrankungen, Infektionen und Knochenbrüchen. Leider werden die Ergebnisse dieser Studien nicht vor 2017 vorliegen. Sechs Jahre sind eine lange Zeit, um auf die Ergebnisse dieser Studien zu warten. Ich rate dir dringend, NICHT abzuwarten. Die Beweise dafür, dass ein optimaler Vitamin-D-Spiegel für die allgemeine Gesundheit und die Prävention von Krankheiten notwendig ist, sind überwältigend.

## Vitamin D und Krebs

Zwei Basisorganisationen konzentrieren sich jetzt auf Vitamin D als Präventionsmaßnahme gegen Krebs. Es gibt bereits [über 800 Studien](#), die die Theorie stützen, dass Vitamin D einen großen Teil der verschiedenen Krebsarten verhindern kann, und ich freue mich sehr, dass diese Informationen allmählich Fuß fassen. Vitamin D hat auf verschiedene Weise eine schützende Wirkung gegen Krebs, unter anderem:

- Erhöhung der Selbstzerstörung mutierter Zellen (die, wenn sie sich vermehren, zu Krebs führen können).
- Verringerung der Ausbreitung und Vermehrung von Krebszellen.
- Veranlassung der Zellen, sich zu differenzieren (Krebszellen sind oft nicht differenziert).
- Die Verringerung des Wachstums neuer Blutgefäße aus bereits bestehenden, was ein Schritt im Übergang von ruhenden zu krebsartigen Tumoren ist.

Der Vitamin D Council, eine gemeinnützige Bildungsorganisation mit Sitz in Kalifornien, hat vor kurzem seine Kampagne "Vitamin D und Krebs" gestartet und 20 detaillierte Zusammenfassungen der Beweise vorgelegt. Die Zusammenfassungen wurden von dem Epidemiologen Dr. William Grant erstellt, dem Gründer der gemeinnützigen Organisation Sunlight, Nutrition and Health Research Center (SUNARC). Er ist außerdem

wissenschaftlicher Direktor des Vitamin D Council. Ich empfehle dir, diese Zusammenfassungen zu lesen, die [du hier finden kannst](#). (Wähle einfach aus der Liste links die Krebsart aus, die du dir ansehen möchtest). Laut dem Vitamin D Council:

*"Einige Forscher glauben, dass es einen vielversprechenden Zusammenhang zwischen einer ausreichenden Vitamin-D-Versorgung und einem geringeren Krebsrisiko gibt. Eine randomisierte kontrollierte Studie fand eine*

*77 Prozent weniger Krebsfälle, wenn die Studiengruppe 1.100 IE/Tag Vitamin D und 1.450 mg/Tag Kalzium zu sich nahm. Dr. Grant: "Ausgehend von den bisherigen Studien zu UVB, Vitamin D und Krebs scheint es, dass **die weltweite Krebsbelastung um 15-25 Prozent gesenkt werden könnte, wenn jeder einen Vitamin-D-Blutspiegel von über 40 ng/ml hätte.**" Einige der Fakten, die in diesen Zusammenfassungen vorgestellt werden, sind:*

1. Geografische Studien haben ergeben, dass das Sterberisiko für 20 Krebsarten in Regionen mit höherer UVB-Dosis sinkt.
2. Beobachtungsstudien haben ergeben, dass das Risiko für Brust-, Dickdarm- und Enddarmkrebs sinkt, wenn der Vitamin-D-Blutspiegel mindestens bis zu 40 ng/ml (100 nmol/L) ansteigt.
3. Diejenigen mit einem höheren Vitamin-D-Blutspiegel zum Zeitpunkt der Krebsdiagnose haben eine fast doppelt so hohe Überlebensrate wie diejenigen mit den niedrigsten Werten.
4. Eine höhere UVB-Exposition in jungen Jahren wird mit einem geringeren Risiko für Brust- und Prostatakrebs in Verbindung gebracht.

## Die weltweit erste Studie zur Brustkrebsprävention ist angelaufen!

Neben der Aufklärungskampagne des Vitamin D Councils ist [Grassroots Health](#) dabei, das weltweit erste Projekt und die erste Studie zur Brustkrebsprävention zu initiieren, um Vitamin D als Präventionsstrategie für Brustkrebs zu untersuchen und zu bewerten. "Wir sind auf der Suche nach einer ernsthaften Finanzierung, um dieses wichtige Forschungsprojekt zu unterstützen", sagt Carole Baggerly, Direktorin und Gründerin von [Grassroots Health](#). Wenn du [dich für diese bahnbrechende Studie anmelden](#) oder das Projekt mit einer Spende unterstützen möchtest, kannst du [das hier tun](#). Dieses Projekt ist nur für Frauen gedacht, die:

1. 60 Jahre alt und älter.
2. keine aktuelle Krebserkrankung haben.
3. derzeit nicht wegen Krebs behandelt werden.

## Hilf mit, die öffentliche Gesundheit zu fördern, indem du dich an der D\*Aktionsstudie

Du kannst auch an der noch laufenden [Grassroots Health D\\*Action-Studie](#) teilnehmen, in der die Auswirkungen von Vitamin D auf deinen *allgemeinen* Gesundheitszustand

untersucht werden. Wenn du an der D\*Action teilnimmst, erklärst du dich bereit, während eines fünfjährigen Programms zweimal im Jahr deinen Vitamin-D-Spiegel zu messen und deinen Gesundheitszustand mitzuteilen, um die Auswirkungen dieses Nährstoffs auf die öffentliche Gesundheit aufzuzeigen. Du zahlst alle 6 Monate eine Gebühr von 60 US-Dollar (120 US-Dollar/Jahr) für deine Unterstützung des Projekts, die ein komplettes neues Testkit für zu Hause und elektronische Berichte über deine Fortschritte beinhaltet. Alle sechs Monate erhältst du eine E-Mail, die dich daran erinnert, dass es Zeit für deinen nächsten Test und die nächste Gesundheitsumfrage ist. Um jetzt mitzumachen, folge bitte diesem [Link zum Anmeldeformular](#).

## Stelle sicher, dass du **NIEMALS** unterversorgt bist in **Vitamin D**, wenn du schwerkrank bist

Dr. Paul Lee von der University of Queensland in Australien glaubt, dass Menschen auf der ganzen Welt unnötig sterben, weil sie einen Vitamin-D-Mangel haben. Er ist der Meinung, dass schwere Immunstörungen, Knochenhyperresorption, Blutvergiftung und Hyperinflammation bei schwerkranken Patienten mit ausreichend Vitamin D behoben werden könnten. Er weist darauf hin, dass der Stress bei Operationen enorme Mengen an Vitamin D verbraucht, und zitiert Studien, die zeigen, dass die Sterblichkeitsrate auf der Intensivstation und der Überwachungsstation bei Menschen mit Vitamin-D-Mangel zwei- bis dreimal so hoch ist. [Dr. Lee meint dazu:](#)

*"Vitamin-D-Mangel ist in der Allgemeinbevölkerung weit verbreitet und wird mit einer Vielzahl chronischer Erkrankungen in Verbindung gebracht. Im Gegensatz dazu haben Prävalenz, Pathogenese und Bedeutung des Vitamin-D-Mangels in der Akutmedizin wenig Beachtung gefunden. Bei kritisch kranken Patienten wird ein Vitamin-D-Mangel nur selten in Betracht gezogen und selten angemessen korrigiert, wenn überhaupt."*

*Die jüngste Anerkennung der pleiotropen Wirkungen von Vitamin D außerhalb des Skeletts auf die Immunität, die Epithelfunktion und die Stoffwechselregulierung könnte der Grund dafür sein, dass der Beitrag des Vitamin-D-Mangels zu den typischen Komorbiditäten bei schwerkranken Patienten, einschließlich Sepsis, systemischem Entzündungssyndrom und Stoffwechselstörungen, bisher unterschätzt wurde. Ein besseres Verständnis des Vitamin-D-Stoffwechsels und der Vitamin-D-Regulierung bei kritischen Erkrankungen könnte es ermöglichen, Vitamin D therapeutisch zu nutzen, um die Ergebnisse bei kritisch kranken Patienten zu verbessern."*

Dies bestätigt [frühere Erkenntnisse, dass dein Vitamin-D-Status entscheidend für die allgemeine Gesundheit](#), die Vorbeugung von Krankheiten und die erfolgreiche Erholung ist - egal, ob du dich von einer Grippe, einer Operation oder sogar einer Krebsbehandlung erholst.

### Die beste Quelle für Vitamin D

Sonnenlicht ist der beste Weg, um Vitamin D zu bekommen, denn dadurch wird auch das bereits erwähnte Vitamin D<sub>3</sub>-Sulfat gebildet. Als allgemeine Richtlinie gilt, dass 15 bis 20 Minuten Sonnenbestrahlung pro Tag, bei der mindestens 40 Prozent der Haut bestrahlt werden, den Vitaminspiegel bei vielen über 40 ng/ml ansteigen lässt.

Das ist jedoch sehr unterschiedlich und hängt von einer Reihe von Faktoren ab, wie z. B. deiner Hautfarbe, deinem Wohnort und der Höhe. Wenn du dich jeden Tag ausreichend lange in der Sonne aufhältst, sollte dein Vitamin-D-Spiegel auf natürliche Weise optimiert werden.

Wenn du dich zu bestimmten Zeiten des Jahres nicht ausreichend der Sonne aussetzen kannst, [empfehle ich dir, eine sichere Sonnenbank zu benutzen](#), damit dein Körper auf natürliche Weise Vitamin D produzieren kann. Sichere Sonnenbänke haben elektronische Vorschaltgeräte und produzieren weniger UVA als die Sonne.

Eine dritte Möglichkeit ist die Einnahme eines hochwertigen Vitamin-D-Präparats. Wenn du dich für eine orale Ergänzung entscheidest, solltest du vor allem darauf achten, nur natürliches Vitamin D3 (Cholecalciferol) zu verwenden.

Nimm nicht das [synthetische und sehr minderwertige Vitamin D2](#). Wenn du nicht braun wirst, ist es ratsam, deinen Blutspiegel überprüfen zu lassen, denn nur so kannst du sicher sein, dass du den therapeutischen Wert erreicht hast. Um die richtige Dosis zu bestimmen, musst du [deinen Vitamin-D-Spiegel testen lassen](#). Idealerweise solltest du einen Wert zwischen 50-70 ng/ml erreichen. Ausgehend von der D\*Action-Studie, die Grassroots Health kürzlich veröffentlicht hat, muss ein durchschnittlicher Erwachsener 8.000 IE Vitamin D pro Tag zu sich nehmen, um einen Wert von über 40 ng/ml zu erreichen, was nach Ansicht von Grassroots Health das absolute Minimum für die Prävention von Krankheiten ist.

Carole Baggerly bespricht die Vitamin-D-Dosierung

[http://www.youtube.com/watch?feature=player\\_embedded&v=gaE\\_9yOb6dQ](http://www.youtube.com/watch?feature=player_embedded&v=gaE_9yOb6dQ)

# Zahnärztlicher Durchbruch, Kann Tausende von Leben retten<sup>8</sup> ...

[http://www.youtube.com/watch?feature=player\\_embedded&v=AGqpU1VXrJc](http://www.youtube.com/watch?feature=player_embedded&v=AGqpU1VXrJc)

In diesem Jahr wurden große Fortschritte bei der Abschaffung des gefährlichen quecksilberhaltigen Amalgams in der Zahnmedizin erzielt. Zum Beispiel berichtete Consumers for Dental Choice kürzlich, dass:

*"Am 10. Oktober verabschiedete der Stadtrat von Malibu, Kalifornien, eine Resolution, in der er die "nationalen und weltweiten Bemühungen zur Reduzierung der anthropogenen [vom Menschen verursachten] Quecksilberquellen in der Umwelt" unterstützt.*

*Konkret unterstützte die Stadt "die Bemühungen des UNEP [Umweltprogramm der Vereinten Nationen], ein internationales Abkommen zu verabschieden, um jeden der fünf oben genannten großen Quecksilberschadstoffe auslaufen zu lassen": Batterien, elektrische Schalter und Relais, Messgeräte, quecksilberhaltige Lampen ... und Zahnamalgam.*

*Malibu ist die dritte kalifornische Stadt, die zum Ausstieg aus der Verwendung von Zahnamalgam aufruft, nach der Resolution des Stadtrats von Costa Mesa und der Proklamation des Bürgermeisters von Santa Ana."*

Laut Consumers for Dental Choice hat auch die Weltgesundheitsorganisation ("WHO") gerade ihren lang erwarteten aktualisierten und abgeschlossenen Bericht über Zahnamalgam veröffentlicht. In "*Future Use of Materials for Dental Restoration*" (Zukünftige Verwendung von Materialien für die Zahnrestauration) drängt die WHO auf eine Abkehr von Amalgam und stellt fest, dass "*Aus vielen Gründen sind alternative Restaurationsmaterialien zu Amalgam wünschenswert.*

Aber das ist noch nicht alles! Aufgrund des enormen öffentlichen Drucks von Zahnärztinnen und Zahnärzten, Gesundheitsfachleuten und Verbraucherinnen und Verbrauchern hat die FDA außerdem versprochen, bis zum Jahresende eine Entscheidung darüber zu treffen, ob sie die Öffentlichkeit vor den Gefahren von Zahnamalgam warnen und möglicherweise sogar dessen Verwendung einschränken wird.

Eine Reihe von Bürgerversammlungen in drei Bundesstaaten in diesem Jahr, die vom Center for Devices der FDA veranstaltet wurden, hat dazu geführt, dass die FDA ihre erschreckende Amalgamvorschrift von 2009 überdacht hat.

Dank der Verbraucherorganisation Consumers for Dental Choice (Verbraucher für zahnärztliche Wahl) werden die Bürgerversammlungen, an denen früher hauptsächlich Vertreter der Industrie teilnahmen, die die FDA anflehten, "sie zu schonen", nun von Verbraucherschützern dominiert, die die Regierung zur Verantwortung ziehen. Ihre größte Hoffnung ist ein vollständiges Verbot von Quecksilberamalgam, aber wenn das nicht möglich ist, hofft Consumers for Dental Choice, dass die FDA zumindest alle Verbraucher darauf aufmerksam macht, dass Amalgam zu mehr als 50 Prozent aus Quecksilber besteht. Die American Dental Association (ADA) hat diese Tatsache in der Vergangenheit

vertuscht und gleichzeitig Geld von Coca-Cola und anderen Unternehmen erhalten, deren Produkte die Entstehung von Karies fördern.

---

<sup>8</sup> Die Artikel stammen von <http://www.mercola.com/>

Fünzig Prozent der Zahnärzte sind jetzt quecksilberfrei; du kannst helfen, die Verwendung von Quecksilberfüllungen abzuschaffen, indem du einen von ihnen unterstützt. Wir stehen kurz davor, einen echten Wandel im Kampf für eine quecksilberfreie Zahnmedizin herbeizuführen, aber deine Stimme wird gebraucht, um einen dauerhaften Wandel zu bewirken.

## **Erste Station: Dallas, Texas am 10. März**

Die erste dieser Bürgerversammlungen fand im März 2011 in einem Vorort von Dallas, Texas, statt. Nach Angaben von Charlie Brown (ehemaliger Generalstaatsanwalt und Präsident der World Alliance for Mercury Free Dentistry) löste die Bürgerversammlung in Texas eine längst überfällige Welle von Presseberichten über Zahnamalgame in den großen Fernsehsendern und Zeitungen von Dallas aus.

Dr. Jeffrey Shuren, der vorsitzende FDA-Beamte in der Amalgamfrage, wurde unter anderem von Dr. Bill Glaros, dem ehemaligen Präsidenten der [International Academy of Biological Dentistry and Medicine](#), befragt. In seiner Antwort bestätigte Dr. Shuren die Schlussfolgerung des wissenschaftlichen Gremiums der FDA, dass bestimmte Bevölkerungsgruppen, wie schwangere Frauen und kleine Kinder, "empfindlicher" auf die schädlichen Auswirkungen von Zahnamalgame reagieren könnten als andere. Die folgende Aussage deutet darauf hin, dass die Tür offen ist, aber ob die FDA sie tatsächlich durchschreiten wird, bleibt abzuwarten, so Dr. Shuren:

*"Wir können beschließen, unsere derzeitigen Vorschriften zu ändern, und das könnte eine Änderung des Status von Zahnamalgame beinhalten, was bedeutet, dass es vom Markt genommen wird oder anderen Kontrollen unterliegt, oder wir können beschließen, die Dinge so zu lassen, wie sie sind."*

## **Zweite Basis: Orlando, Florida am 5. Mai**

Die Floridianerinnen und Floridianer kamen in Massen zur nächsten Bürgerversammlung und waren empört über das Versagen der FDA, Kinder vor Quecksilberfüllungen zu schützen. Die Veranstaltung sorgte für Schlagzeilen von Küste zu Küste und brachte sogar einen Artikel in der *Los Angeles Times* hervor.

Wie in Texas war Dr. Shuren gezwungen, vor der Presse auf die Untätigkeit der FDA in Sachen Amalgam zu antworten. Schließlich ist es hinter den schützenden Mauern eines Regierungsbüros viel einfacher, Fragen zu den Gesundheitsgefahren von Amalgam auszuweichen als vor Fernsehkameras. Dr. Shuren sagte dem [Orlando Sentinel](#), dass er es begrüßen würde, wenn die FDA noch in diesem Jahr eine Entscheidung treffen würde, aber sie (die FDA) müsste die wissenschaftlichen und rechtlichen Fragen noch einmal überdenken.

Das war kein Versprechen für eine Überarbeitung der Vorschriften, aber es war mehr, als die FDA in Washington zu sagen bereit war. Verbraucher zwei... Amalgam eins. Doch schon bald würden die Verbraucher ihre Sache noch weiter voranbringen, denn die Zahnärzte kamen in Scharen zur dritten Bürgerversammlung, diesmal in San Francisco.

## Dritte Basis: San Francisco, Kalifornien am 22. September

Der Höhepunkt des Treffens in Kalifornien war die Aussage von [Anita Vasquez Tibau](#), der Direktorin von Consumers for Dental Choice, die die verheerenden Auswirkungen von Amalgam auf die spanischsprachige Gemeinschaft darlegte. Vasquez Tibau griff Shuren mit seinen eigenen Worten an. In einem Gespräch mit der Europäischen Union über die Regulierung von Medizinprodukten im vergangenen Februar löste Shuren [einen internationalen Eklat](#) aus, als er sagte, dass europäische Patienten aufgrund unzureichender staatlicher Aufsicht "Versuchskaninchen" für Medizinprodukte sein könnten, und hinzufügte: "Wir benutzen unsere Leute in den USA nicht als Versuchskaninchen."

Ups ... außer, dass wir das tun - ein Punkt, den Anita Vasquez Tibau schnell ansprach.

Während sie das Foto eines Latino-Kindergartenkindes hochhielt, dessen Lächeln die Tragödie eines Mundes voller Quecksilberfüllungen zeigte, erinnerte Vasquez Tibau Shuren daran, dass die FDA selbst zugibt, dass Amalgam bei kleinen Kindern neurologische Schäden verursachen kann, da ihr unreifes System empfindlicher auf die neurotoxischen Auswirkungen von Quecksilberdampf reagiert. Sie erinnerte ihn auch an die Aussage der FDA, dass es keine Beweise für die Sicherheit von Amalgam bei Kindern unter sechs Jahren gibt, und forderte ihn auf, Latino-Kinder nicht länger wie "Versuchskaninchen" zu behandeln. Dr. Shuren antwortete, dass er beabsichtige, die Position der FDA bis zum Ende des Jahres bekannt zu geben. Die Uhr tickt also.

### Jetzt bist du dran

Wir müssen den Schwung bis zum Jahresende beibehalten. Du musst die FDA dazu drängen, den Rat ihrer eigenen Wissenschaftler/innen vom Dezember 2010 zu befolgen. Wenn du deine Meinung kundtun willst, wende dich an Dr. Shuren unter:

Dr. Jeffrey Shuren, Direktor  
Center for Devices, U.S. Food & Drug Administration  
10903 New Hampshire Ave.  
WO66-5431, Raum 5442  
Silver Spring, MD 20993-0002  
Telefon: 301-796-5900 Fax: 301-847-8149 oder 301-847-8109  
E-Mail: [jeff.shuren@fda.hhs.gov](mailto:jeff.shuren@fda.hhs.gov)

Im Folgenden findest du die von Charlie Brown empfohlenen Gesprächsthemen für diesen Kontakt:

- **Bedanke dich bei Dr. Shuren, dass er sich bereit erklärt hat, dieses Jahr gegen Amalgamfüllungen vorzugehen.**
- **Bitte beende die Verwendung von Amalgam sofort für Kinder, Schwangere und überempfindliche Erwachsene (als *Minimum*).**
- **Bitte stelle sicher, dass alle Eltern wissen, dass Amalgam aus Quecksilber und nicht aus Silber besteht, indem du Warnhinweise zur Pflicht machst.** Jeder Verbraucher sollte die Wahrheit darüber erfahren, was in seinen Mund und in den Mund seiner Kinder gelangt.

- **Es ist nicht akzeptabel, die Sache auf die lange Bank zu schieben.** Es ist Zeit für eine Entscheidung und NICHT für die Ankündigung, dass die Entscheidung der FDA aufgeschoben wird. Wir haben unwiderlegbare wissenschaftliche Beweise für die Gefahren von Quecksilberamalgam. Eure Kinder sind jetzt Schaden ausgesetzt - sie können nicht noch ein Jahr warten.

Ich fordere dich außerdem auf, die Kampagne Consumers for Dental Choice zu unterstützen. Ich glaube fest an ihre Mission und ihr Engagement für die Kampagne für quecksilberfreie Zahnmedizin. Sie sind auf öffentliche Spenden angewiesen, um diese wichtige Aufgabe zu erfüllen. (Consumers for Dental Choice ist eine 501(c)(3) gemeinnützige Organisation, die sich für eine quecksilberfreie Zahnmedizin einsetzt. Spenden sind in den USA von der Steuer absetzbar)

Spenden können online oder per Post getätigt werden:

- Online-Spenden: <http://www.toxicteeth.org/donate.cfm>
- Schecks können an folgende Adresse gesandt werden:

Consumers for Dental Choice  
316 F St., N.E., Suite 210  
Washington DC 20002

Um aktuelle Informationen zu erhalten, kannst du [Consumers for Dental Choice](#) auch [auf Facebook folgen](#). Vielen Dank, dass du uns hilfst, den Ball am Rollen zu halten - hilf mit, dass 2011 ein Meilenstein für deine Zahngesundheit wird!