

## **Kritik an den Routineverordnungen von Vitamin D und Fluor**

Gesunde Kinder brauchen keinen Facharzt zur Betreuung normaler Entwicklungen und benötigen keine Tabletten wie Vitamin D oder Fluor. Kehren wir den Satz um, dann wird es deutlicher: Es sind die Fachärzte, die sich solche Routineverordnungen ausdenken. Mütter geraten in bester Absicht, für ihr Kind kompetente Ärzte zu finden, in das Dilemma, sich gerade deswegen mit den Routineverordnungen unserer Medizin auseinandersetzen zu müssen.

**Vitamin D** ist streng genommen gar kein Vitamin sondern ein Hormon. Vitamine kann der menschliche Organismus nicht selber herstellen, müssen mit der Nahrung aufgenommen werden. Anders das Vitamin D, das sehr wohl im Menschen aus Metaboliten des Cholesterin-Stoffwechsels synthetisiert wird, kann aber auch in Vorstufen aus der Nahrung, vorwiegend aus Fischöl und Pilzen, aufgenommen werden. Sprächen wir gleich vom „Hormon D“, dann wären sicherlich einige Eltern nachdenklicher. Wie kommen wir überhaupt auf die Idee zu meinen, dass die Evolution oder von mir aus auch der „Schöpfer des Lebens“ für das Wohlergehen eines Neugeborenen zu wenig für die Vitamin D Versorgung getan habe, sodass es statt der durch das Stillen angebotenen 250 IE das Doppelte dieser Substanz in zusätzlicher Tablettenform benötige? Es war die historische Erfahrung der „Englischen Krankheit“ Anfang des 20. Jahrhunderts. Jugendliche im Untertagebau in Bergwerken Mittelenglands, ausgebeutet im Frühkapitalismus, arm und unterernährt und zugleich schwer körperlich arbeitend, erlitten schwerste Knochenverkrümmungen durch Rachitis, der Entzündung der Wirbelsäule. Dieser Not folgte die Tuberkulose, die Krankheit der Armut und des Elends! Abgesehen von den miserablen Lebensbedingungen, die generell zu mehr Krankheiten führen, muss an dieser Stelle darauf verwiesen werden, dass Vitamin D vielfältig mehr Aufgaben im Menschen erfüllt, als nur für die Kalziumaufnahme zu sorgen: Es stärkt die Muskulatur und das Herz, stützt das Immunsystem, hemmt das Tumorstadium, ist beteiligt an der Zelldifferenzierung, steigert entgegen dem Insulin den Blutzucker und bildet mit seinem Gegenspieler Melatonin die biologische Uhr, den Biorhythmus. Jeder weiss, das der Mensch zu jeder Lebenszeit an das Licht, an die Sonne, in die frische Luft muss, im Kindesalter um Rachitis zu vermeiden und im Alter, um der Osteoporose vorzubeugen. Was beeinträchtigt heute die Vitamin D Thematik: Licht-, Bewegungs-, Vitalstoffmangel, Beziehungsaufösungen und der Impfkalender. Zu viel Fernsehen und Medien, Bequemlichkeit mit Autotransporten, künstliches Licht, denaturierte Industrienahrung und die krankmachende Wirkung des systematischen Impfens ab dem 3. Lebensmonat sind kranke „Normalität“ geworden. Unter diesen Bedingungen wird einsehbar, dass der Bedarf an Vitamin D erheblich zunimmt. Dem wird mit der Verdoppelung der Versorgungsdosis auf 500 IE Vitamin D verständlicherweise Rechnung getragen. Wer hier anders handelt, das konsequente Stillen beginnt, auf die Qualität der Lebensmittel achtet, dem Kind den Frust eigener Bewegung zumutet, täglich mindestens eine Stunde im Freien unterwegs ist, die Gewissheit der Beziehung und Versorgung dem Kind drei Jahre garantiert und komplett auf jede Impfung verzichtet, benötigt keinerlei Ergänzung von Vitamin D! Das kann ich nach 28 Jahre Praxis mit Schwangeren und Neugeborenen mit Gewissheit sagen. Nur in wenigen Einzelfällen könnte eine vorübergehende Ergänzung mit 250 IE Vitamin D täglich von Januar bis März im ersten Winter eines vor Juli geborenen Kindes in Betracht kommen. Diese Vorsichtsmassnahme zielt darauf ab, in Verdachtsfällen von mildem Vitamin D Mangel neben den Knochen auch die Zähne stabil zu halten, um in jedem Fall auf Fluoride verzichten zu können.

Dieses Vorgehen in enger Beurteilung der jeweiligen Entwicklung eines Kindes, um einen Mangel frühzeitig zu erkennen, schützt vor dem zuviel an „Hormon D“, in erster Linie vor der zu intensiven Verkalkung, der verfrühten Arteriosklerose, mit den Folgen von Organschäden und Bluthochdruck. Ich vermute auch einen negativen Effekt auf das erhöhte Risiko, zu einem Diabetes mellitus zu kommen. Hier ist es das Zusammenwirken mehrerer Faktoren verantwortlich, die sich in ihrer negativen Wirkung potenzieren.

**Fluoride** benötigt der Mensch in keiner Weise. Im Gegenteil lädt er sich von Natur aus von der Kindheit bis ins hohe Alter zunehmend Fluoride in die Knochen, auf Kosten der Knochenelastizität, zunehmenden Erstarrung und beschleunigten Alterung. Es gibt keine Fluormangelkrankheit, keinen Bedarf an Fluor im Menschen, sondern nur die verwegene Idee, die Zivilisationskrankheit Karies mit Fluoridgaben zu reduzieren. Fluoride sind negativ geladene Verbindungspartner, die aggressiv das Phosphat an Knochen und Zahn verdrängen in Konkurrenz um das positiv geladene Kalziumion. Wenn Kalziumphosphat als labile Verbindung noch aktiv am Knochenstoffwechsel teilnimmt, so verliert Kalziumfluorid diese Qualität, weil die Verbindung unlöslich geworden ist! Die Erstarrung im Knochen setzt unbiologisch früher ein, nur um den Zahn mehr zu härten. Eigentlich geht es allein um die Härtung des Zahnschmelzes, um diesen stabil für den Angriff von Säuren zu machen, die durch die Vergärung von Nahrungszucker entstehen.

Damit ist jegliche Einnahme von Fluoriden geschluckt in Tablettenform absurd, denn in den Knochen und selbst im inneren Zahn behindert und stört uns jegliche Einlagerung Fluorid! Es passiert aber noch mehr bei der unnötigen Fluorideinnahme, was gern verschwiegen wird:

Fluoride verbinden sich auch

- mit Silikaten, die für die Elastizität von Bändern, Sehnen, Gefäßwänden und Organhüllen zuständig sind. Die Folgen sind längerfristig Schäden wie Bänderschwächen, Krampfadern, Organzirrosen und Beckenbodenschwäche. Die Haut altert früher, Haare und Zähne lockern sich und fallen früher aus.
- mit Aluminium, um sich bereits im Darm zu Aluminiumtrifluorid zu verbinden, ultrakleine Moleküle, die jede Barriere durchdringen und ins Nervensystem möchten, wo langfristig Schäden und Demenz drohen. Dabei darf nicht übersehen werden, dass in der Mehrheit aller Impfpräparate Aluminiumzusätze vorkommen!
- mit dem Schilddrüsenhormon und den Enzymen, die für den notwendigen Einbau von Jod sorgen. Fluoride verdrängen und beeinträchtigen die Jodaufnahme, sodass nicht nur Schilddrüsenstörungen drohen, sondern auch in der Folge die ebenfalls sehr zweifelhafte Jodkampagne verständlicher wird. Es ist das Muster unserer Zeit: Wenn Störungen von Organen durch Umweltschäden drohen, unternehme man nichts gegen die schädigenden Dinge, sondern steigere die Zufuhr von den lebensnotwendigen Elementen, um zu kompensieren.

So ist es auch mit der Karies: Die Zuckerindustrie darf weiter verführen, freut sich über kontinuierliche Zuwachsraten und die Kinder bekommen Fluoride. Wer meint, in diesem Land mit Zahnpflege, Ernährungsberatung, Zuckerverzicht und konsequenter Gesunderhaltung systematisch durch Belehrungen und Aufklärungen in Kindergärten und Schulen mehr zu erreichen, hat keine Ahnung von der Macht der beteiligten Industrie. Der Verzicht und eine konsequente individuelle Strategie der Gesunderhaltung sind allemal besser für unsere Heranwachsenden. Nur, man muss es durch- und aushalten!

Weitere Literatur: Graf, F.: „Kritik der Arzneiroutine in Schwangerschaft und Kindheit“, Sprangrade-Verlag, Ascheberg. ([www.sprangrade.de](http://www.sprangrade.de))

