

Quecksilber, das pure Gift

Autor(en): **[s.n.]**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **52 (1995)**

Heft 10: **Bärenstarke Kraftspender aus der Natur**

PDF erstellt am: **31.08.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-558330>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern. Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

zu unerwünschter Knochenverhärtung, Gelenksteifigkeit, Gliederschwere, und es kann, besonders gravierend, zu Kalkablagerungen in der Niere kommen. Da die Diskussion zum Thema Fluor noch widersprüchlich ist, sollte man getrost auf Trinkwasserfluoridierung und Fluortabletten für Kinder verzichten, zumal man deshalb nicht fluorlos lebt: Das vom Körper leicht resorbierbare Fluorid ist enthalten im Quell-, Fluß- und Meerwasser und in vielen Nahrungsmitteln, besonders reichlich in schwarzen Teeblättern, Walnüssen, Vollkornprodukten, Fischen (Lachs), Eiern, Geflügel, Nudeln und Gemüsen.

• IZR

*Statt Kariesvorbeugung durch Fluor: Verzicht auf Zucker.
Kiefer und Zähne weg von gezuckertem Tee, Kakao, Limonaden, Fruchtsäften und Sirup in Babynuckelflaschen!*

Quecksilber, das pure Gift

Zu den Spurenelementen, die im menschlichen Körper vorkommen, gehört auch das Quecksilber. Doch im Gegensatz zu anderen Spurenelementen, die – je nach Dosis – wohl- oder wehtun, hat Quecksilber keine guten Seiten.

Zum Glück weit zurück liegen die Zeiten, in denen Haut- und Geschlechtskrankheiten mit Quecksilber behandelt wurden, bis die Zähne ausfielen. Vorbei auch die weniger lang verflossenen Jahre, in denen man mit quecksilberhaltigen Pflanzenschutzmitteln und Beizmitteln für Saatgut allzu sorglos umging. Trotzdem findet sich noch genug Quecksilber in unserer Umwelt und damit auch in unserer Nahrung. Durch Verbrennung von Kohle, Heizöl und Müll, aber auch durch vulkanische Aktivitäten und Verwitterung wird das toxische Element freigesetzt. Quecksilberhaltige Abwässer verseuchen Flüsse, Seen und Meere.

Fische sind besonders belastet

Die hochgiftige Wirkung von Quecksilber wird vor allem bei der Fischerei deutlich. In Amerika und Japan starben Tausende an akuten oder chronischen Vergiftungen, weil quecksilberhaltige Industrieabfälle in Seen und Meere geleitet wurden. Die zunächst unlöslichen Verbindungen wurden im Wasser durch die Arbeit von Bakterien in lösliche Substanzen überführt, und dabei entstand das besonders gefährliche Methylquecksilber, das durch Plankton, Algen und Fische direkt in die Nahrung gelangte. Quecksilber ist ein Zell- und Nervengift, das in Leber, Nieren, Milz und Gehirn gespeichert und langsam wieder ausgeschieden wird. Vergiftungen entstehen durch das Einatmen von Dämpfen metallischen oder die Aufnahme organisch gebundenen Quecksilbers. Akute Vergiftungen bewirken vor allem schwere Schädigungen von Mund, Magen, Darm und Nieren. Chronische Quecksilbervergiftungen zeigen neben verschiedenen Allgemeinsymptomen (S. 26) oft auch die Ausbildung eines dunklen (Quecksilber-)Saums am Zahnfleischrand.

• IZR

Die höchsten Quecksilbergehalte haben:

*Süßwasserfische,
Seefische,
Wiesenchampignons,
sonstige Wildpilze,
Kulturchampignons,
Schweineleber und
andere Innereien.*