



© gettyimages.de/TomFreeze

Fragwürdige Inhaltsstoffe in der Zahncreme

Autor: [Carina Rehberg](#)

Aktualisiert: 03 September 2019

Der schnellste Weg, auf dem Stoffe in den menschlichen Körper gelangen können, führt über die Mundschleimhäute. Dies verdeutlicht, dass nicht nur erwünschte, sondern auch krankmachende Stoffe über die Mundschleimhaut vom Körper aufgenommen werden. Insbesondere chemische Inhaltsstoffe aus Zahncremes und Mundwässern gelangen schnell in den Blutkreislauf und können auf diese Weise Ihre Gesundheit gefährden.

Giftige Inhaltsstoffe in den Zahncremes

Sie finden nachstehend eine Liste mit giftigen Inhaltsstoffen, die häufig in Zahnpflegeprodukten oder in anderen Körperpflegeprodukten verwendet werden.

1. Giftstoff Fluorid in Zahncremes

Zahncremes und Mundwässer, die Fluorid enthalten, enthalten folgenden Warnhinweis:

WARNUNG, nicht in die Hände von Kindern unter 6 Jahren gelangen lassen. Wenn mehr als für das normale Putzen benötigt geschluckt wird, kontaktieren Sie sofort Ihren Arzt oder die nächste Vergiftungszentrale.

Beachten Sie die Inhaltsstoffe von Kinderzahncremes

Besonders in der Kinderzahncreme sind häufig Stoffe enthalten, die den Geschmack von Süßigkeiten oder Kaugummi simulieren. Dies kann Kinder sowohl zum Konsum grösserer Mengen, als auch zum Schlucken der Zahncreme verführen. Glaubt man der Warnung auf der Packung, dann kann das tägliche Schlucken selbst kleinster Fluoridmengen ernsthafte gesundheitliche Probleme verursachen.

Wird [fluoridhaltige](#) Zahncreme toxisch dosiert, so kann dies sogar tödlich sein. Wenn ein zweijähriges Kind zum Beispiel 42 Prozent einer Tube mit fluoridhaltiger Zahncreme verschluckt, oder wenn ein vierjähriges Kind 56 Prozent davon zu sich nimmt, oder wenn ein sechsjähriges Kind 70 Prozent des Inhalts konsumiert, dann besteht für das Kind Lebensgefahr.

2. Triclosan

Der antibiotische / antimikrobielle Wirkstoff [Triclosan](#) wird für viele Produkte des alltäglichen Bedarfs verwendet, wie beispielsweise für Geschirrspülmittel, Handseife, Deodorants, Zahncremes und Mundwässer. Im August 2009 forderte die Kanadische Medizingesellschaft (Canadian Medical Association) von Canada Health, jegliche Nutzung von Triclosan in Körperpflegeprodukten einzustellen. Es hatten sich bakterielle Resistenzen entwickelt.

So wurde in den Jahren 2006 und 2009 in Studien belegt, dass die Belastung des Körpers durch Triclosan sich sehr negativ auf die Konzentration des Schilddrüsenhormons auswirkt. Das Center for Disease Control and Prevention (CDC) berichtet in diesem Zusammenhang, dass auch die häufige Anwendung von Antibiotika zur Entwicklung von Bakterien führen könnte, die wiederum resistent gegen Antibiotika sind.

Das vermehrte Auftreten solcher so genannten "Supererreger" ist uns allen längst bekannt, da sie bereits einige Todesfälle verursachten.

Lesen Sie auch: [Seife macht krank](#)

3. Natriumlaurylsulfat kann zur Bildung von Mundgeschwüren beitragen

Die Verwendung von Zahncremes mit Natriumlaurylsulfat (SDS) kann zur Bildung von Mundgeschwüren (Aphten) beitragen. Forscher gehen davon aus, dass SLS die schützende Schleimhaut des Mundes austrocknen kann, so dass er anfällig für Reizstoffe wird, die wiederum zur Bildung von Aphten führen. Bei SLS handelt es sich um einen Reinigungszusatz, der in nahezu allen herkömmlichen Zahncremes, Geschirrspülmitteln, Shampoos und Duschgels enthalten ist.

4. Abrasiva

Eine übermässige Sensibilität der Zähne kann durch verschiedene Faktoren verursacht werden. Eine der Bezeichnungen, die für bestimmte Arten der Zahnsensibilität benutzt wird, ist die "Abrasion". Sie kann durch abrasive Zahncremes verursacht werden. Manche Produkte, wie zum Beispiel Pasten zur Zahnaufhellung und Produkte zur Zahnsteinkontrolle können stärkere Abrasiva enthalten.

Bei der RDA-Bewertung handelt es sich um einen Test, der die Abrasivität der Zahncreme auf die mittlere Zahnschicht überprüft. Dieser Test ist den herstellenden Firmen zugänglich. Die meisten verzichten jedoch auf seine Nutzung. Bevor die RDA (Relative Dentin Abrasion) eines Produkts nicht bekannt ist, kann weder der Zahnarzt, noch der Verbraucher einschätzen, inwieweit eine Abrasion der Zähne durch die verwendete Zahncreme verursacht wird.

5. Künstliche Süssungsmittel

Seit vielen Jahren herrscht bei Zulassungsbehörden Unsicherheit über die [Gefährlichkeit der künstlichen Süssungsmittel](#) wie zum Beispiel [Saccharin](#), die besonders häufig auch in Zahnpflegeprodukten zu finden sind. Canada Health hat Saccharin bislang bis zum heutigen Tag noch nicht als sicher eingestuft. Was immer das bedeutet...

Hinweis zu Gesundheitsthemen

Diese Informationen werden nach bestem Wissen und Gewissen weitergegeben. Sie sind ausschliesslich für Interessierte und zur Fortbildung gedacht und keinesfalls als Diagnose- oder Therapieanweisungen zu verstehen. Wir übernehmen keine Haftung für Schäden irgendeiner Art, die direkt oder indirekt aus der Verwendung der Angaben entstehen. Bei Verdacht auf Erkrankungen konsultieren Sie bitte Ihren Arzt oder Heilpraktiker

