

Nachdem die Weltgesundheitsorganisation (WHO) Deutschland zum - allerdings mittleren - Jodmangelgebiet erklärt hat, wird in Deutschland vermittels einer unablässigen Werbekampagne das Spurenelement Jod als uneingeschränkt gesund und unbedenklich beworben. Außerdem werden auf nachdrücklicher Empfehlung der deutschen Gesundheitsbehörden nahezu sämtliche Nahrungsmittel und das Tierfutter mit künstlichem Jod angereichert, was in der täglichen Ernährungspraxis eine unausweichliche Zwangsmedikation durch den Zusatzstoff Jod zur Folge hat.

Warum Jod in diesen Mengen, wie sie durch die gegenwärtige Jodierung der Nahrungsmittel zustande kommen, alles andere als gesund ist, soll anhand der nachstehenden fünf Fragen erklärt werden.

1. Welche gesundheitlichen Gefahren können mit der Jodierung von Salz und dem Verzehr damit hergestellter Lebensmittel verbunden sein?
2. Welche zahlenmäßige Bedeutung haben Unverträglichkeitsreaktionen durch die Jodierung?
3. Jod ist ein essentieller Mineralstoff- wie erklärt es sich, dass für manche Menschen bereits geringe Mengen problematisch sein können?
4. Welche Empfehlungen geben Sie betroffenen Personen für die Lebensmittelauswahl?
5. Was sollte gesundheitspolitisch getan werden, um auf dieses Problem aufmerksam zu machen bzw. es zu reduzieren?

1. Auf die Frage, welche gesundheitlichen Gefahren mit jodiertem Salz und jodierten Lebensmitteln verbunden sind, gibt es eine eindeutige Antwort: die Jodierung der Lebensmittel und des Viehfutters ist ein Gesundheitsrisiko, und die gesundheitlichen Gefahren sind vielfältig und schwerwiegend.

Seit der Schweizer Mediziner Coindet 1821 Jod in der Kropftherapie eingesetzt hat, und gleich zu Beginn dieser neuen Behandlungsmethode eine Dame der Genfer Gesellschaft an einer Überdosis Jod gestorben war, kennt man die gesundheitlichen Gefahren, die eine Jodbehandlung mit sich bringt. Sei es als ärztlich verordnetes Medikament, oder in Form von Jodzusätzen im Salz und anderen Lebensmitteln.

In der medizinischen Fachliteratur sind seitdem die Jodschäden in allen ihren Erscheinungsformen dokumentiert. Man schaue nur einmal in das aktuelle Handbuch für Ärzte und Apotheker über „Arzneimittelneben- und -wechselwirkungen“, oder in Professor Pfannenstiels Ratgeber: „Nichts Gutes im Schilde“, oder in die Veröffentlichungen der alljährlichen Wiesbadener Schilddrüsengespräche: in diesen - und vielen anderen - Publikationen werden die durch Jod ausgelösten Gesundheitsschäden ausführlich behandelt.

Jod wirkt aber, was im Zuge der gegenwärtigen, positiv aufgebauten Jodkampagne nicht ins Blickfeld gerät, nicht nur auf die Schilddrüse, sondern auf jedes andere Körperorgan auch. So wird durch zusätzliches Jod nicht allein die Schilddrüse geschädigt, in dem die Autoimmunerkrankungen Morbus Basedow und Morbus Hashimoto durch Jod ausgelöst werden, und es durch zusätzliche Jodgaben zu Kropf, heißen und kalten Knoten sowie Schilddrüsenkrebs kommen kann.

Es ist erschreckend, wie viele jodinduzierte Gesundheitsschäden in der Beantwortung der gestellten Frage genannt werden müssen: Jod wirkt auch auf das zentrale und periphere Nervensystem, woraus Unruhe, Nervosität, Schlaflosigkeit, Zappelbeine, Hyperaktivität, psychische Störungen, Schwindel, Nervenentzündungen, Depressionen, Aggressionen, Angst- und Panikattacken und Kopfschmerzen entstehen.

Jod - nicht nur segensreich

Jod wirkt auf die Haut und Schleimhäute. Dadurch entsteht die Jodakne, die Jodallergie, die Autoimmunerkrankung Dermatitis herpetiformis Duhring, Nesselausschlag, Lichtempfindlichkeit, Bindehautentzündung, Haarausfall und splitternde oder sich vom Nagelbett ablösende Fingernägel.

Jod wirkt auf den Magen-Darm-Trakt, und es kommt zu Übelkeit, Erbrechen, Durchfall, Entzündungen der Mund und Magenschleimhaut sowie der Speiseröhre und zu Schmerzen in der Speicheldrüse.

Jod wirkt auf die Fortpflanzungsorgane, indem zum einen die sexuelle Aktivität gebremst wird, und zum anderen Unfruchtbarkeit und Impotenz die Folge sein kann.

Jodwirkungen auf die Atemwege sind Asthma (Jodasthma), Bronchitis, Schnupfen (Jodschnupfen), eine Kehlkopfschwellung, die eine tödliche Gefahr darstellt, Stimmbandlähmung und Tuberkulose. Jodschäden der Blutgefäße und Blutbildung sind eine verminderte Zahl der Thrombozyten, eine Vermehrung der Leukozytenzahl, Verklumpung der Blutplättchen (= Embolisation) und hohe Cholesterinwerte.

Der Stoffwechsel reagiert auf Jodüberschuss mit Schilddrüsenvergrößerung, Über- und Unterfunktion, Schilddrüsenentzündung, Nierenversagen, Gesichtsoedemen, Fieber und manchmal tödlich endendem Kollaps.

Lebensgefährlich sind die Jodwirkungen auf das Herz-Kreislauf-System: die Folgen sind Herzrasen, hoher Puls, Bluthochdruck, Arteriosklerose, Herzrhythmusstörungen, Vorhofflimmern, Herzmuskelentzündung, Herzklappenfehler und der oft tödliche Herzinfarkt.

Jodwirkungen auf die Muskulatur sind degenerative Muskelerkrankungen, d. h. Muskelschrumpfung an der Schulter und am Beckengürtel, aber auch in den Beinen. Wenn der Jodüberschuss zu einer vermehrten Produktion von Schilddrüsenhormonen führt, entziehen die überzähligen Hormone den Knochen den Kalk, und es kommt zu Knochenschwund und Osteoporose.

Jodinduzierte Autoimmunerkrankungen sind außer den schon erwähnten autoimmunen Erkrankungen der Schilddrüse (M. Basedow u. M. Hashimoto) die Autoimmunerkrankung der Haut, Dermatitis herpetiformis Duhring, sowie die Autoimmunerkrankung an den Nebennierenrinden, Morbus Addison, sowie Diabetes mellitus Typ 1 und die sogenannte Weißfleckenkrankheit Vitiligo, um nur eine Auswahl aus einer größeren Anzahl zu nennen.

Damit ist die Schreckensbilanz der Jodschäden aber noch nicht beendet. Leider kommt es noch schlimmer. Jod ist nämlich kanzerogen, weil es die Nitrosaminbildung um mindestens das 6-Fache erhöht. Jod führt infolgedessen dazu, dass die Entstehung von Krebs- an jedem Organ - begünstigt, und ein bereits bestehender Tumor in seinem Wachstum gefördert wird. Was nun wirklich nicht im Sinne einer erfolgreichen Krebsvorsorge und Krebsbehandlung ist. Deshalb gibt es bereits Krebsstationen, auf denen als Krebsdiät eine unjodierte Kost empfohlen wird.

Die andere tödliche Gefahr durch Jod besteht in einem anaphylaktischen Schock, der Jodallergiker treffen kann, wenn sie nur ein einziges Molekül ihres Allergens - also Jod - zu sich nehmen oder damit in Kontakt kommen.

Für Jodallergiker ist damit der ganz normale Alltag in unserer mittlerweile flächendeckend jodierten Ernährungslandschaft zu einer immerwährenden Lebensbedrohung geworden.

Dazu ein Beispiel: Ein Chemielehrer berichtete mir davon, dass es neuerdings immer mehr Schüler gäbe, die durch zusätzliche Jodgaben Jodallergiker geworden seien. Der erste dieser Art war der Sohn eines Mediziners, der bei einem Experiment mit Jod im Unterricht umfiel. Er wurde schnell aus

dem Chemieraum hinaus gebracht, und der Junge sagte, er sei Jodallergiker geworden, nachdem ihm sein Vater prophylaktisch Jodtabletten für seine Schilddrüse gegeben habe.

Dieser Chemielehrer unterlässt es seitdem nie, die Schüler auf die Giftigkeit des Halogens Jod hinzuweisen und darauf, dass man durch zusätzliches Jod, entweder in Form von Jodtabletten oder Jodsalz oder jodierten Lebensmitteln, jodkrank werden kann. Und er fügt hinzu, er selber würde kein Jodsalz verwenden und auch darauf achten, keine zusätzlich jodierten Lebensmittel zu essen. Er wisse ja nun als Fachmann wirklich genau, was ein Gift sei...

2. Die Frage nach der zahlenmäßigen Bedeutung der Unverträglichkeitsreaktionen durch die Jodierung kann aufgrund von Expertenäußerungen ebenfalls konkret beantwortet werden.

Die Zahl der Erkrankungen, die ihre Ursache in der Jodierung haben, ist seit Beginn der Jodierung kontinuierlich gestiegen und hat mittlerweile beängstigende Ausmaße angenommen. Gab es Mitte der neunziger Jahre des vergangenen Jahrhunderts in Deutschland schätzungsweise 1% Morbus- Basedow-Kranke und so wenig Morbus Hashimoto-Kranke, dass sie nicht in Prozentzahlen ausgedrückt werden konnten, so hat sich die Situation bis zum Jahre 2002 dramatisch verändert.

Die Zahl allein der jodinduzierten Schilddrüsenerkrankungen wird bei uns auf 10-15 Prozent geschätzt. Wobei andere durch Jod ausgelöste Krankheiten, wie etwa Jodakne und Jodallergie, Osteoporose, Krebs, Diabetes mellitus Typ I, und Tuberkulose noch gar nicht in dieser Schätzung enthalten sind.

In Österreich haben Schilddrüsenerkrankungen sprunghaft zugenommen, in der Schweiz stellt man einen Zusammenhang zwischen der Jodierung und der Hyperaktivität bei Kindern her, und ein Schweizer Mediziner schätzt, dass bis zu 25 Prozent seiner Patienten jodkrank seien.

Erfahren wir dazu nun die genauen Fakten aus Deutschland, Österreich und der Schweiz:

Der Endokrinologe Prof. Dr. Jürgen Hengstmann vom Berliner Urban-Krankenhaus äußerte sich in der Sendung „Krank durch Jod“ im Boulevard-Magazin „Brisant“ (mdr) im Mai 1998 kritisch zur undifferenzierten Jodierungspraxis. Er stellte zunächst einen Basedow-Patienten vor, der seiner Meinung nach ohne die Jodierung der Lebensmittel kaum diese schwere Autoimmunerkrankung bekommen hätte, und sagte dann, dass unter der Hochjodierung fast sämtlicher Lebensmittel 10-15 Prozent der Bundesbürger leiden und krank werden würden.

Nach dem 20. Wiesbadener Schilddrüsengespräch im Februar 2002 äußerte der Mainzer Radiologe Prof. Dr. Lothar-Andreas Hotze gegenüber der dpa, dass die Jodaufnahme nicht nur positiv sei: die zusätzliche Aufnahme von Jod erhöhe nämlich bei empfindlichen Menschen das Risiko, an Morbus Hashimoto zu erkranken, einer Autoimmunerkrankung, bei der die eigenen Zellen die Schilddrüse zerstören. Durch die Jodierung ist die Zahl der von dieser Krankheit Betroffenen auf 6% (von 0%) gestiegen.

Laut Hotze geht auch die Steigerung der Morbus- Basedow-Erkrankungen auf 4% (von 1%) auf die zusätzliche Jodierung zurück. Er nennt das die Kehrseite der besseren Jodversorgung.

Im Schweizer Gesundheitsmagazin „Pulstipp“ erschienen im April und Mai 2002 Artikel über die in der Schweiz entstandenen Jodschäden, in denen auch auf die jodinduzierten Gesundheitsschäden in Österreich eingegangen wird. Da heißt es, Zitat: „In Österreich haben Schilddrüsenerkrankungen

sprunghaft zugenommen. Zwischen 1994 und 1999 verdoppelte sich die Zahl von Patienten mit entzündeten Schilddrüsen. Und Morbus Basedow nahm um über 120 Prozent zu - innerhalb von drei Jahren! Grund: die Behörden hatten 1990 den Jod-Gehalt von Speisesalz angehoben.“ Zitat Ende.

Schweizer Ärzte treten nun aber erstmals an die Öffentlichkeit und fordern einen Stopp der behördlich verordneten Jodierung. Ich zitiere den Mediziner Jürg Hess, Zitat: „So viel Jod ist nicht mehr vertretbar... Jodiertes Speisesalz ist mit Vorsicht zu genießen.“ Seiner Erfahrung nach verursache die massive Jodierung verschiedenste Krankheiten, Zitat Hess: „Die Zahl der Patienten mit Schilddrüsenproblemen hat deutlich zugenommen. Viele Überfunktionen stehen in direktem Zusammenhang mit Jod.“ Hess nennt dazu die bereits aufgezählten Symptome: Herzrasen (oft nächtlich), Unruhe, Zittern und Schwitzen, Depressionen und Infekte, ständig verstopfte Nase, hartnäckigen Husten und Katarrh und viele Aknefälle. Jürg Hess hält es außerdem für möglich, dass die zunehmende Hyperaktivität bei Kindern durch Jod verursacht wird. Er schätzt, dass 15-25% seiner Patienten aufgrund der übermäßigen Jodierung krank seien. Die zahlenmäßige Bedeutung der durch die Jodierung ausgelösten Krankheiten ist sehr groß: in den drei zum Vergleich herangezogenen Ländern ist durchschnittlich ein Viertel der Bevölkerung betroffen. Und zwar mit schweren und schwersten Erkrankungen, die den Schweregrad einer Kropferkrankung, die durch diese Maßnahme verhindert werden soll, weit in den Schatten stellt.

3. Es gibt zwei Gründe dafür, dass der essentielle Mineralstoff Jod für manche Menschen bereits in geringen Mengen problematisch sein kann:

Erstens gehört Jod in die Gruppe der Spurenelemente, d. h., dass dieser Stoff zwar lebensnotwendig ist, aber nur- wie der Begriff deutlich macht - in Spuren.

In Massen ist dieser Stoff problematisch, und, wie sich zeigt, tatsächlich giftig. Experten (Giftnotrufe) sprechen z. B. von „Jodvergiftung“, wenn zu viel Jod aufgenommen wird.

Die lebensnotwendigen Spuren Jod, die der Mensch braucht, sind in einer naturbelassenen, ökologisch hergestellten Nahrung durchaus vorhanden. Und jede zusätzliche Jodierung führt dann schnell zu einer Überversorgung, die aus einem lebensnotwendigen Spurenelement ein gefährliches Gift werden lässt. Ich habe diesen Punkt in meinen Veröffentlichungen (s. untenstehende Literaturangaben) ausführlich behandelt.

Zweitens ist der individuelle Jodbedarf von Mensch zu Mensch völlig unterschiedlich: der eine braucht mehr, der andere weniger Jod. Weswegen allein schon dieser Sachverhalt, der auf dem 14. Wiesbadener Schilddrüsengespräch (1996 von Prof. Dr. Karl-Heinz Bauch) zur Sprache kam, das wichtigste Gegenargument gegen eine generelle Jodierung, wie wir sie z. Zt. haben, darstellt.

Es muss aber dringend die Frage gestellt werden, ob nicht ein Teil des Jodes, das im Jodsalz und Viehfutter ist, aus weltweit nach Deutschland eingeführten Industrie-Abfällen wie Röntgenkontrast- und Desinfektionsmitteln, Katalysatoren, Druckfarben etc. recycelt wird, und ob es eine Einrichtung gibt, die darüber wacht, dass dies auch niemals geschieht.

Jodrecycling liegt nämlich im Trend. In Deutschland wird Jod mindestens in zwei Chemiefirmen aus Industrieabfällen recycelt. An der Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg läuft im Institut für Umwelttechnik das Projekt „Zur Jodrückgewinnung aus Krankenhausabwässern“ (z. B. aus den Radiojodabteilungen).

Wozu wird das nun in so großen Mengen zurückgewonnene Jod verwendet? Laut EU-Konvention ist

rezykliertes Material grundsätzlich nicht geeignet, in Produkten verarbeitet zu werden, die Eingang in die Nahrungskette finden.

4. Empfehlungen für Betroffene - und solche, die nicht betroffen werden wollen- für die Lebensmittelauswahl ist:

Weichen Sie auf nicht künstlich jodierte Lebensmittel aus.

Dieser Rat ist allerdings sehr schwer zu befolgen, weil in Deutschland durch die Jodierung des Viehfutters das Jod bereits von Anfang an in der Nahrungskette enthalten ist. Deutsche Fleisch -und Milchprodukte, auch Geflügel und Eier, sind deshalb - mit ganz vereinzelt Ausnahmen - nicht ohne künstliche Jodzusätze.

Hier kann nur auf ausländische Lebensmittel zurückgegriffen werden: Butter aus Irland, Fleisch-Milchprodukte aus Frankreich, Polen, Käse auch aus Italien, Geflügel aus Polen, Ungarn, Rindfleisch aus Argentinien und Kanada (Bisonfleisch), Lammfleisch aus Neuseeland.

5. Was gesundheitspolitisch getan werden sollte, um auf dieses Problem aufmerksam zu machen bzw. es zu reduzieren.

Die generelle Jodsalzprophylaxe, wie sie offiziell heißt, ist ein Kind unserer Gesundheitspolitik. Sie wurde von den Verantwortlichen im Gesundheitswesen von langer Hand vorbereitet, und, wie man in den Schriften des Bundesgesundheitsamtes Berlin (bga Schriften) nachlesen kann, mit allen verfügbaren Mitteln, einschließlich großer finanzieller Unterstützung und positiver Meinungsbildung durch die Medien, durchgesetzt.

In Insiderkreisen gilt sie als die bis jetzt erfolgreichste Werbekampagne der Nachkriegszeit.

Gesundheitspolitiker auf dieses Problem aufmerksam machen zu wollen, hieße also, Eulen nach Athen tragen. Niemand ist besser über diese Problematik informiert als gerade die Entscheidungsträger der Gesundheitspolitik.

Anders verhält es sich dagegen bei der Bevölkerung: die ist weitgehend nicht über die möglichen Gefahren durch die Jodierung informiert, und die gilt es, mit dem für ihre Gesundheit wichtigen Wissen zu versehen: über Veröffentlichungen, Medienberichte - oder über Vorträge vor einem ernährungswissenschaftlich einflussreichen Zuhörerkreis. Bei der Aufklärung der durch die Zwangsjodierung Betroffenen und Gefährdeten kann und darf es jedoch nicht bleiben: denn die Gesundheitsmaßnahme „Jodsalzprophylaxe“, die bewusst Gesundheitsschädigungen der Bürger in Kauf nimmt, verletzt aufs Massivste das im Deutschen Grundgesetz verankerte Recht auf körperliche Unversehrtheit und es besteht seitens der Jodopfer das dringende Bedürfnis nach der strafrechtlichen Klärung des Problems der Zwangsjodierung.

**Dieser Artikel wurde entnommen „Arzt Zahnarzt Naturheilverfahren - AZN“
Herne: Fach-Verlag Arzt GmbH, mit freundlicher Genehmigung des Verlages**

Referenzen

Großklaus, R.; Smogyi, A. (Hrsg): Notwendigkeit der Jodsalzprophylaxe. In: bga Schriften 3/94

Ammon, H. P. T. (Hrsg): Arzneimittelneben- und wechselwirkungen. Ein Handbuch für Ärzte und Apotheker. Stuttgart 1991

Pfannenstiel, P.; Schwarz, W.: Nichts Gutes im Schilde. Stuttgart 1994 Verhandlungsberichte der Wiesbadener Schilddrüsengespräche von 1996-2002, Merck Darmstadt

Braunschweig-Pauli, D.: Jod-Krank, der Jahrhundertirrtum.

Bad Schönborn:Verlag: Ganzheitliche Gesundheit Norbert Messing, 2. verb. Neuauflage 2004

Braunschweig-Pauli, D.: Krankmacher Jod. Die Chronik eines Jahrhundertsskandals. Bad Schönborn:Verlag Ganzheitliche Gesundheit NorbertMessing 2002

Braunschweig-Pauli, D.: Die Jod-Lüge. Das Märchen vom gesunden Jod. München: Herbig Gesundheitsratgeber 2003

Messing, N.; Pauli, D.: Einkaufsführer JOD. Was wir noch essen können in Deutschland. Informationen zur Lebensmittelsituation und aktuelle Liste der Lebensmittel ohne künstliche Jodzusätze. Bad Schönborn: Verlag Ganzheitliche Gesundheit von Norbert Messing 2004

Kontakt

www.jod-kritik.de