

DUALE MEDIZIN®

natürlich wegweisend

Faxantwort bitte senden an: 089-54329907

Belastung durch toxische Metalle, insbesondere Quecksilber

Dieser Fragebogen soll helfen herauszufinden, ob vorhandene Symptome oder chronische Krankheiten durch eine Schwermetallbelastung (mit) verursacht werden. Die Beantwortung der folgenden Fragen ist für Ihren behandelnden Arzt, Heilpraktiker und Zahnarzt eine Hilfe zur Beurteilung Ihres Gesundheitszustandes.

Bei einer Schwermetallbelastung treten eine Vielzahl von Symptomen in unterschiedlichen Körperbereichen auf. Viele dieser Symptome können auch von anderen Krankheiten stammen. Dieser Fragebogen erhebt deshalb nicht den Anspruch, eine eventuell vorliegende Schwermetallbelastung sicher diagnostizieren zu können. Er liefert lediglich Anhaltspunkte dafür, nach einer Schermetallbelastung zu testen.

Die Sicherung der Diagnose muss in jedem Fall durch Untersuchungen in der Praxis erfolgen. Bedenken Sie bei der Beantwortung der Frage, dass auch früher vorhanden gewesene Amalgamfüllungen und Quecksilberkontakte noch heute belastend wirken können, da Quecksilber über Jahre und Jahrzehnte im Organismus gespeichert und angereichert wird. (Halbwertszeit 18 – 20 Jahre)

Vorgeburtliche Belastung

Quecksilber und andere toxische Metalle können die Placenta überwinden, d.h., sie können aus den Depots des Mutterleibs über die Gebärmutter in den Fötus gelangen. Eine schwermetallbelastete Schwangere entgiftet ca. 60 % ihres Quecksilbers an ihr Erstgeborenes.

Versuchen Sie über Ihre Mutter zu erfahren, ob sie zur Zeit der Schwangerschaft mit Ihnen, Amalgamfüllungen hatte.....

während ihrer Schwangerschaft alte Amalgamfüllungen entfernt wurden

während ihrer Schwangerschaft neue Amalgamfüllungen erhielt

Impfungen

Viele frühere Impfstoffe enthielten als Konservierungsmittel Thiomersal, eine Quecksilberverbindung (heute ist Thiomersal nur noch in wenigen Impfstoffen enthalten). Für einen Erwachsenen dürfte es heute kaum mehr möglich sein, die Zusammensetzung der damaligen Impfstoffe festzustellen. Wenn Sie während Ihrer Kindheit geimpft wurden, ist die Wahrscheinlichkeit aber groß, dass Sie durch die Impfung schon im Kleinkindalter mit Quecksilber belastet wurden.

Wurden Sie in Ihrer Kindheit und Jugend geimpft?.....

Kindheit und Jugend

Für die Beantwortung der folgenden Fragen müssen Sie eventuell bei Ihren Eltern nachfragen. Wenn Sie schon älter sind und in Ihrer Kindheit Amalgamfüllungen erhalten haben, sollten Sie wissen, dass das damalige Amalgam instabiler war als das heutige. Es enthielt einen höheren Quecksilberanteil und korrodierte schneller. Diese Korrosion war bekannt und gewollt: Das Quecksilber sollte schneller freigesetzt werden und in den Zahn eindringen, weil man es als guten Kariesschutz betrachtete.

Wie alt waren Sie, als Sie Ihre ersten Amalgamfüllungen bekamen?

Wie viele waren es und wie groß waren sie?

Erhielten Sie eine Wurzelkanalbehandlung?

Erkrankten Sie im Laufe des ersten Jahres, nachdem Sie die ersten Amalgamfüllungen bekamen, schwer?

Wenn ja, woran?

Litten Sie an Müdigkeit und Muskelschwäche?

* Die Inhalte dieses Fragebogens beruhen zu einem großen Teil auf Angaben aus dem Buch Robert Forsberg:

„Amalgam – Fakten über Amalgamvergiftung und Sanierung“ (Knaur 1996) 2

Schwangerschaft

Falls Sie als Frau Ihre Zähne während einer Schwangerschaft saniert bekommen haben, versuchen Sie folgende Fragen zu beantworten:

Wie viele Amalgamfüllungen wurden während der Schwangerschaft entfernt?

Wie viele Zähne wurden in dieser Zeit mit Amalgam gefüllt?

Traten nach dem Zahnarztbesuch Gesundheits- oder Schwangerschaftsprobleme auf?.....

Hatten Sie eine Fehlgeburt?

Haben diejenigen Ihrer Kinder, die im Mutterleib betroffen waren, Gesundheitsprobleme?

Wenn ja, welche?

.....
.....

Zahnbehandlung

Wenn man kurz nach dem Entfernen oder dem Legen von Amalgamfüllungen krank wird, bringt man das wahrscheinlich nicht mit dem Amalgam in Verbindung. Versuchen Sie, sich zu erinnern:

Wurden Sie schon einmal kurz nach einem Zahnarztbesuch krank?

Wenn ja, mit welchen Symptomen?

Setzen nach besonders umfangreichen Behandlungen mit Amalgam (oder wenn gleichzeitig Amalgam und Gold verwendet wurden), plötzlich oder im Laufe der Zeit gesundheitliche Probleme ein?

Wenn ja, welche?

.....
.....

Wie haben Sie auf frühere Entfernung von Amalgamfüllungen oder auf deren Ersetzen wieder mit Amalgam reagiert?

Falls ja, beschreiben Sie alle Reaktionen, wie lange sie

anhielten, in welchen Körperteilen sie auftreten, wie Sie sich fühlten:

.....
.....
.....
.....

Wie viele Amalgamfüllungen haben Sie im Moment?.....

Wie viele hatten Sie früher einmal?

Trugen oder tragen Sie neben Amalgam auch andere Zahnmetalle im Mund (Gold, Stahlstifte, Titan, Stahlklammern?).....

Sonstige Quecksilberquellen

Eine Quecksilberbelastung muss nicht nur von Amalgamfüllungen herrühren. Sie kann auch arbeitsplatz, ernährungs- und umweltbedingt sein. Einige Medikamente (vor allem Augentropfen und harntreibende Mittel),

Salben, Puder und Kosmetika enthielten oder enthalten Quecksilber als Konservierungsstoff bzw. keimtötende Komponente. Lesen Sie im Beipackzettel nach oder fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker, ob Quecksilberverbindungen enthalten sind.

(Natürlich wird in Inhaltsangaben aus psychologischen Gründen kaum das Wort Quecksilber verwendet, sondern dessen chemische Bezeichnungen bzw. Teile davon. Diese sind Mercurius und Hydrargyrum. Im Wort Thiomersal deutet z.B. die fettgedruckte Silbe auf Mercurius hin).

Kamen oder kommen Sie an Ihrem Arbeitsplatz mit Quecksilber in Berührung?.....
 Wenn ja, wann, wo und wie?

.....
 Aßen oder essen Sie häufig Fisch und Meeresfrüchte?

Haben Sie irgendwelche quecksilberhaltigen Medikamente eingenommen?

Wenn ja, welche und in welcher Menge?

Freisetzung von Quecksilber

Beim Kauen wird Quecksilber aus Amalgamplomben freigesetzt. Manche Nahrungsmittel und Gewohnheiten führen zu einer erhöhten Freisetzung. Das sind insbesondere abrasive (Abrieb bewirkende), saure, korrodierende und heiße Nahrungsmittel sowie Zähneknirschen. Essen Sie regelmäßig Süßigkeiten?

Nehmen Sie oft säurehaltige Früchte und Getränke zu sich (Apfel, Orange, Zitrone etc.)?

Kauen Sie regelmäßig Kaugummi?

Trinken Sie häufig heiße Getränke?

Knirschen Sie nachts mit den Zähnen?

Mögliche Quecksilber-Symptome

In der folgenden Liste sind nahezu alle Symptome und Krankheitszeichen aufgeführt, die bei einer Quecksilberbelastung auftreten können und in der wissenschaftlichen Literatur beschrieben werden.

Bitte beachten Sie: Jedes Symptom in der Liste kann auch von etwas anderem herrühren als vom Quecksilber. Die Einschätzung, ob in Ihrem individuellen Fall eine Quecksilberbelastung vorliegt oder nicht, hängt von der Interpretation des Gesamtergebnisses ab.

Anleitung: Lesen Sie die Liste genau durch. Lassen Sie sich dabei Zeit. Kreuzen Sie jedes Symptom an, das Sie irgendwann einmal hatten. Einige der beschriebenen Symptome scheinen sich nicht zu unterscheiden. Sie wurden verschieden dargestellt, da sie nicht jeder mit denselben Worten beschreibt. Kreuzen Sie das an, was für Sie am meisten zutrifft.

1. Mundgeschwüre.....
2. Häufiges Zahnfleischbluten (z.B. beim Zähneputzen)
3. Vermehrter Speichelfluss (z.B. beim Sprechen, nachts)
4. Trockener Mund trotz genügenden Trinkens
5. Vermehrter Durst
6. Mundgeruch
7. Zahnschmerzen, die der Zahnarzt nicht erklären kann.....
8. Kieferschmerzen
9. Zahnfleischschwund, der die Zähne länger aussehen lässt
10. Geschwüre an Zahnfleisch, Gaumen oder Zunge
11. Weiße/helle Flecken im Mund oder an den Lippen
12. Dunkle Flecken auf dem Zahnfleisch.....
13. Dunkle (schwarze oder blaue) Linie zwischen Zähnen und Zahnfleisch.....
14. Abdrücke der Zähne sind am Zungenrand sichtbar.....
15. Pelzigkeitsgefühl der Lippen oder der Zunge
16. Zunge fühlt sich größer als sonst an.....

Hals

17. Einengender Druck oder Kloßgefühl im Hals

18. Schleim im Hals ohne Erkältung.....

19. Schluckbeschwerden

- 20. Heiserkeit ohne Erkältung
- 21. Hustenanfälle
- 22. Halsweh (Rötung ohne Infektion).....
- 23. Häufige Erkältungen oder Halsentzündungen.....
- 24. Sichtbare Schwellung im Bereich der Schilddrüse.....
- 25. Weiche, kleine, verschiebbare Knoten am seitlichen Hals
- 26. Einschnürendes Gefühl bei Kleidungsstücken oder Halsketten.....

Haut, Haare, Nägel

- 27. Ausschläge oder Rötungen an Stellen, die mit Metall in Berührung waren
- 28. Ausschlag nach Sonnenbad
- 29. Auffällige Zunahme an Sommersprossen
- 30. Neues oder vermehrtes Auftreten von Pickeln bei Erwachsenen
- 31. Neigung zu Blutergüssen
- 32. Beulen oder andere Hautschwellungen
- 33. Hautjucken
- 34. Wiederholt auftretende Ausschläge
- 35. Ekzeme oder Hautrötungen.....
- 36. Plötzliches Empfinden von „Ameisenbissen“
- 37. Gelbliche Gesichtsfarbe
- 38. Blasse Gesichtsfarbe
- 39. Grundloses Schwitzen
- 40. Glanzloses, sprödes und stumpfes Haar
- 41. Das Haar ist unerklärlicherweise dunkler geworden
- 42. Verstärkter Haarausfall.....
- 43. Spröde, brüchige Nägel

Kopf

- 44. Kopfschmerzen.....
- 45. Benommenheit in bestimmten Kopfreionen
- 46. Schwindelgefühle, die das Laufen schwer machen
- 47. Stürze durch Schwindelanfälle
- 48. Schwindel, der als Schwanken oder Schaukeln empfunden wird.....
- 49. Schwindel beim Hinlegen (besonders abends)
- 50. Taubheits- und Kältegefühl im Hinterkopf
- 51. Gefühl, als ob der Kopf platzen will.....
- 52. Druck in der Stirn, der sich beim Bücken verstärkt.....

Magen, Blase, Eingeweide

- 53. Übelkeit.....
- 54. Aufstoßen oder Sodbrennen
- 55. Erbrechen
- 56. Blähbauch.....
- 57. Blähungen
- 58. Magenschmerzen
- 59. Unterleibsschmerzen
- 60. Heller Stuhlgang
- 61. Weicher Stuhlgang.....
- 62. Wiederholter wässriger Stuhlgang. Durchfall
- 63. Verstopfung
- 64. Kleine Mengen dunklen Urins
- 65. Große Mengen hellen Urins

Herz und Atmung

- 66. Unregelmäßiger Herzschlag.....
- 67. Schwacher Herzschlag
- 68. Gefühl, als bliebe das Herz jeden Moment stehen
- 69. Verstärkter Herzschlag
- 70. Schmerz in der Brust, der ausstrahlen kann
- 71. Hoher Ruhepuls (> 90 pro Minute).....
- 72. Langsamer Puls
- 73. Heftiger Herzschlag bei geringer Anstrengung
- 74. Atemlosigkeit bei geringer Anstrengung.....
- 75. Atemlosigkeit ohne Anstrengung.....
- 76. Langfristige (Stunden oder Tage) Kurzatmigkeit
- 77. Atembeschwerden
- 78. Gefühl, mit dem Atmen aufzuhören (Atmung muss willentlich geschehen)
- 79. Schwache Atmung
- 80. Flache Atmung (es wird wenig Luft eingesogen)
- 81. Gefühl, ein Eisenband liege um die Brust

Wahrnehmung

- 82. Man sieht alles wie durch Nebel
- 83. Lichtüberempfindlichkeit
- 84. Einschränkung des Gesichtsfeldes
- 85. Man sieht für den Bruchteil einer Sekunde nichts mehr.....
- 86. Funken, leuchtende oder farbige Flecken im Gesichtsfeld
- 87. Flecken schwimmen im Gesichtsfeld herum.....
- 88. Doppelbilder.....
- 89. Schlechtes Dämmerungssehen
- 90. Schlechtes Gehör. Nahe Geräusche scheinen von weit her zu kommen
- 91. Überempfindliches Gehör
- 92. Ohrgeräusche.....
- 93. Gefühl, als ob das Gehörte nicht bis zum Bewusstsein vordringt
- 94. Geruchssinn-Störungen.....
- 95. Empfindlicher Geruchssinn z.B. gegenüber Parfüm, Rauch, Essen
- 96. Übersteigerter Geruchssinn
- 97. Metallgeschmack im Mund
- 98. Gefühl, als ob Alufolie im Mund wäre.....
- 99. Schlechter Geschmack im Mund
- 100. Essen wirkt geschmacklos.....
- 101. Brennen in Mund oder Hals
- 102. Taubheit in Beinen, Füßen oder Zehen.....
- 103. Taubheit in Armen, Händen oder Fingern
- 104. Wärme- oder Hitzegefühl
- 105. Nervenzucken

Bei körperlicher Bewegung oder handwerklicher Arbeit

- 106. Ungeschicklichkeit, Fallenlassen von Gegenständen
- 107. Anstoßen an Gegenstände (Möbel, Türrahmen)
- 108. Baldige Müdigkeit beim Stehen.....
- 109. Muskelschwäche
- 110. Schnelle Erschöpfung beim Gehen oder Treppensteigen.....
- 111. Schwere, kaum kontrollierbare Beine
- 112. Vermehrte Beschwerden nach körperlicher Anstrengung

Sprache, Denken

- 113. Man vergisst, was man sagen wollte
- 114. Konzentrationsschwierigkeiten.....
- 115. Schwierigkeiten beim Bewegen der Lippen und Aussprechen
- 116. Schwierigkeiten beim Verfolgen eines Gedankens

117. Man kann anderen beim Zuhören nicht folgen
 118. Man versteht Gelesenes nicht
 119. Man erinnert sich schlecht an Vergangenes

Stimmungen

120. Man regt sich gleich über Kleinigkeiten auf.....
 121. Kritiküberempfindlichkeit
 122. Schnell entmutigt
 123. Depressionen
 124. Menschenscheu
 125. Minderwertigkeitsgefühle
 126. Schwierigkeiten, etwas anzupacken
 127. Bedrückt, ohne zu wissen, warum.....
 128. Angst
 129. Unsicherheit oder mangelndes Selbstvertrauen
 130. Selbstmordgedanken.....
 131. Starke Müdigkeit
 132. Vermehrtes Schlafbedürfnis
 133. Müdigkeit nach ausreichendem Schlaf
 134. Schlaflosigkeit
 135. Plötzliches Aufwachen, weil der Körper in Aufruhr ist
 136. Schlechter Schlaf mit vielen Träumen
 137. Gefühl, als breche bald eine Erkältung aus.....
 138. Zittrig.....
 139. Frösteln
 140. Man fühlt sich irgendwie krank
 141. Schwäche

Verschiedenes

142. Zuckungen der Muskeln.....
 143. Zittrige Hände, z.B. beim Ausstrecken
 144. Zittrige Zunge, Lippen oder Augenlider.....
 145. Starkes Zittern wie bei Schüttelfrost
 146. Krämpfe oder unwillkürliche Bewegungen im Gesicht
 147. Wadenkrämpfe
 148. Schmerzen der Muskeln zwischen oder unterhalb der Schulterblätter
 149. Schmerzen hinter den Schulterblättern.....
 150. Schmerzen an Armen und Beinen
 151. Schmerzen an Händen und Füßen
 152. Nackenschmerzen.....
 153. Schulterschmerzen
 154. Gelenkschmerzen
 155. Dumpfe Lendenschmerzen
 156. Schmerzen im oder hinter dem Brustbein
 157. Schmerzen in der Brust strahlen in den Rücken aus
 158. Geschwollene Finger, Füße, Hand- oder Fußgelenke
 159. Schmerzen unter den Rippen rechts
 160. Schmerzen in der Achselhöhle
 161. Schmerzen in der Leiste
 162. Stärkere Monatsblutung
 163. Schwächere Monatsblutung
 164. Längere Monatsblutung
 165. Zunahme von Beschwerden während der Periode
 166. Zunahme von Beschwerden vor der Periode
 167. Zunahme von Beschwerden nach der Periode
 168. Prostatabeschwerden
 169. Gefühl, als würden die Augen herausgedrückt

- 170. Eingefallene Augen
- 171. Blutunterlaufene Augen
- 172. Unfreiwillige Gewichtsabnahme
- 173. Appetitlosigkeit.....
- 174. Hitzegefühl
- 175. Frieren
- 176. Kalte Körperteile (Hände, Füße, Nase).....

Auswertung

Wenn Sie mindestens 80 Symptome aus der Liste angekreuzt haben, ist es sehr wahrscheinlich, dass Ihre Gesundheitsprobleme durch eine Quecksilberbelastung / oder andere toxische Metalle verursacht werden.

Sie sollten Ihre Amalgamfüllungen ebenfalls als Ursache Ihrer Gesundheitsprobleme ansehen, wenn Sie mindestens 40 Symptome aus der Liste angekreuzt haben und an mindestens 5 der folgenden Symptome leiden:

- 1. Schmerzen oder Krämpfe in den Kiefern
- 2. Starke Müdigkeit
- 3. Schmerzen in Händen und Füßen.....
- 4. Metallischer Geschmack im Mund.....
- 5. Starker, schneller Herzschlag nach geringen Anstrengungen
- 6. Zittrige Hände
- 7. Verminderte Muskelkraft.....
- 8. Kritiküberempfindlichkeit
- 9. Diffuses Krankheitsgefühl
- 10. Schwindel.
- 11. Bewegungszwang.....

Persönliche Einschätzung

Amalgambedingte Gesundheitsprobleme rangieren von leichten Beschwerden bis zu schweren Krankheitsbildern.

Wie schätzen Sie Ihre gesundheitliche Situation ein?

- Ich habe keine wirklichen Gesundheitsbeschwerden, befürchte aber, dass mich meine Amalgamfüllungen krank machen
- Meine Lebensqualität ist beeinträchtigt (Müdigkeit, Schmerzen)
- Ich habe soziale Probleme (empfindlich, schüchtern, nervös)
- Ich kann nicht mehr normal arbeiten (z.B. wegen Seh- Gehör- und Empfindungsstörungen, gestörter Bewegungskoordination und Bewegungszwang
Ich kann den Alltag nicht mehr ohne fremde Hilfe bewältigen (Hygiene, Kochen, Einkaufen).

Empfehlung

Wenn aufgrund Ihrer Vorgeschichte, dieses Tests und Ihrer persönlichen Einschätzung Ihres Gesundheitszustandes der Verdacht auf ein Amalgamsyndrom / Metallsyndrom besteht, sollten Sie sich bezüglich einer sicheren Amalgamentfernung unter Schutzmaßnahmen wie von unserer Praxis empfohlen - und einer anschließenden Schwermetallentgiftung beraten lassen.

Natürlich können Sie sich, wie viele andere gesundheitsbewusste Menschen, auch ohne Symptome zu haben, einfach deshalb Ihre Amalgamfüllungen unter Schutzmaßnahmen entfernen lassen, weil Sie kein potentiell gefährliches Material im Mund haben wollen und durch eine Entgiftung eventuellen späteren Erkrankungen vorbeugen wollen.

Vorbeugen ist besser als Heilen.
Mit freundlicher Empfehlung von Ihrer Praxis

Praxisstempel

Dr. med. Elke Seebach
 Dachauerstr. 9 / Eingang Marsstr.
 80335 München
 Tel. 089 - 54329908 · Fax 089 - 54329907
 www.duale-medizin.de