



Foreningen
mod Skadeligt
Dentalmateriale
Postboks 203
1501 København V

E-mail:
fmsd@fmsd.dk

Hjemmeside:
www.fmsd.dk

Telefonsvarer:
(045) 3539 1560

**Øvrige adresser og
telefonnumre:**
bagerst i bladet

Blad nr 1/2009
udkommer ultimo
marts

Deadline
for indlæg til
næste blad er
15. 02 2009

**Bladet er udarbejdet
af Inge-Lis Marchant
(ansvarshavende) og
Trine Jørgensen**

Indholdsfortegnelse

Side

03... Kære læser

**04... Stråling fra mobiltelefoner og MR-
scannere øger udskillelsen af
kviksølv fra tandfyldninger**

**06... Tandlægens bor(d)
Om bl.a. tilskud til plastfyldninger**

**08... De psykosociale følger ved
kviksølvforgiftning**

**22...Meridianbaner og rodbehandlede
tænder (patienthistorie)**

**25... USA forbyder eksport af kviksølv fra
2010**

26... Helsebringende krydderier – del 2

28....Mobiltelefoner og børn

**29... Adresser på andre foreninger,
tidsskrifter**

**30... Foreningens formål og andre
oplysninger**

31... Navneliste, bestyrelsesmedlemmer m.fl.

Kære læser

I dette nummer bringer vi nye forskningsresultater om kviksølvets farlighed. Stråling fra mobiltelefoner og MR scannere frigiver kviksølv fra tandfyldninger, og dermed spredtes det rundt i kroppen.

Konklusionen på den Iranske undersøgelse er, at kviksølv-forgiftning blandt andet kan give overfølsomhed, autisme, allergier, Alzheimers og Parkinson sygdom. En Svensk undersøgelse fra september 2008 omkring sammenhængen mellem mobiltelefoni og cancer indikerer, at børn og teenagere har 5 gange større sandsynlighed for at få hjerne cancer, hvis de bruger mobiltelefonen. Trådløse telefoner i hjemmet udgør en 4 gange så stor risiko.

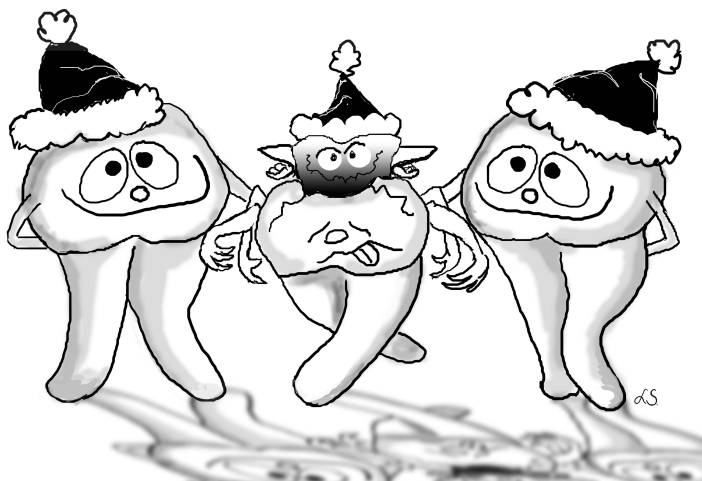
"Behold din fastnet telefon – eller få en harmløs mobil". Det var overskriften på en større artikel i SD bladet nr. 3/2005. Siden da, har vi i SD bladet fulgt op på forskningen om strålingsfare fra trådløse netværk og videregivet oplysninger her i bladet. Vi kan her gentage: "Der findes ingen mindste dosis m.h.t. sygdomsrisiko for hverken kviksølv eller mobilstråling"

Endelig er der offentligt tilskud til plastfyldninger, om end tilskuddet er vanvittig lille.

Vi bringer også en uddybende artikel om de psykosociale følger ved en kviksølvforgiftning.

Glædelig jul og godt nytår.

Venlig hilsen
Inge-Lis Marchant



Stråling fra mobiltelefoner og MR-scannere øger udskillelsen af kviksølv fra tandfyldninger

Af Trine Jørgensen

Det viser en undersøgelse foretaget på Shiraz University of Medical Sciences, Iran.

Stråling fra mobiltelefoner og MR-scannere kviksølv i tandfyldninger til at sprede sig i kroppen, advarer iranske forskere i en ny undersøgelse. Små koncentrationer kan muligvis føre til Alzheimers, men vi har brug for mere viden, mener forskerne.

I den første fase af dette studie blev 30 patienter undersøgt. Fem milliliter spyt blev indsamlet umiddelbart før og efter MR-scanningen. Alle patienter blev udsat for en magnetisk feltstyrke på 0,23 T og for 30 minutters stråling. Indholdet af kviksølv i spyt indsamlet før og efter scanningen var hhv. 8,6 +/- 3,0 and 11,3 +/- 5,3 mikrogram L(-1) ($p < 0,01$).

I den anden fase af den iranske undersøgelse undersøgte forskerne 14 sunde kvindelige universitetsstuderende mellem 19 og 23, som ikke havde brugt mobil inden undersøgelsen og ikke havde nogen amalgamfyldninger. Alle 14 fik fire rådne tænder genoprettet

med kviksølvlegeringer under undersøgelsen. Kvinderne blev delt op i to grupper af syv. Den ene gruppe, testgruppen, skulle udsættes for mobiltelefoni fra en Nokia 3310 i et kvarter hver dag, mens den anden gruppe, kontrolgruppen, ikke skulle udsættes for stråling. Kvinderne blev bedt om ikke at spise fisk, dåsemad eller drikke kaffe og te inden og under undersøgelsen.

Dr. SMJ Mortazavi fra Shiraz University of Medical Science og kolleger undersøgte kvindernes urin inden forsøgets start, samt dag 1, 2, 3, 4 efter tandfyldninger plus påvirkning fra mobiltelefoni. En statistisk signifikant højere koncentration ($p < 0,05$) kunne observeres hos de studenter, der brugte mobiltelefon.



Kviksølvkoncentration i urin før forsøgets start og på dag 1, 2, 3, 4

	Mobilsnakkere (mikrogram L(-1))	Kontrolgruppe (mikrogram L(-1))
Inden	2,43 +/- 0,25	2,07 +/- 0,22
Dag 1	2,71 +/- 0,27	2,34 +/- 0,30
Dag 2	3,79 +/- 0,25	2,51 +/- 0,25
Dag 3	4,80 +/- 0,27	2,66 +/- 0,24
Dag 4	4,50 +/- 0,32	2,76 +/- 0,32

Konklusionen fra forskerne lyder:

Stråling fra en MR-scanner eller mobiltelefon accelererer afgasningen af kviksølv fra amalgamfyldninger ("sølvplomber") og ind i kroppen betydeligt. Kviksølvforgiftning kan blandt andet give el-overfølsomhed, autisme, allergier, Alzheimers og Parkinsons. Yderligere studier er nødvendige for at afklare om almindelige kilder til elektromagnetisk stråling er skyld i ændringer i tandamalgam og øger udskillelsen af kviksølv.

Kilder: PubMed og ing.dk

----- o o o -----

En metaundersøgelse **Mobile Phones and Brain Tumours – A Public Health Concern** konkluderer følgende: Efter gennemgang af mere end 100 internationale studier konkluderes, at mobilstråling er en større fare for menneskers helbred end rygning og asbest. Undersøgelsen kan læses i sin fulde længde her:

<http://www.brain-surgery.us/mobilephone.html>

For de, som er interesseret i at læse mere om stråling, er der også mange gode links på: www.straaling.dk/forskning.ph

IT- og Telestyrelsen har oprettet en tjeneste på nettet, hvor man kan taste sin adresse ind og få vist et kort med oversigt over hvilke mobilmaster, der befinder sig i ens nabolag og hvor. Den viser både GSM og UMTS master. UMTS står for Universal Mobile Telecommunications System, populært kaldet 3G, og er en netværksstandard som muliggør transmission af teks, digital lyd, video og multimedia med høj hastighed.

Adressen er www.mastedatabasen.dk

Tandlægens bor(d)

Af Bent Christiansen, tandlæge, www.klinikfortandsundhed.dk

Pris og tilskud til plastfyldninger

1. Hvad koster plastfyldninger:

Nogle mindre plastfyldninger har en fast pris og andre større plastfyldninger har en "fri" pris, som fastsættes af den enkelte tandlæge.

2. Beregn hvilket tilskud du kan få:

Sundhedsstyrelsen har som tidligere oplyst udsendt en ny vejledning vedr. tandfyldninger. Ifølge vejledningen skal tandlæger nu som udgangspunkt vælge plast frem for sølvamalgam som fyldningsmateriale. Sølvamalgam må kun anvendes i særlige tilfælde og kun i permanente kindtænder – og kun i situationer, hvor det er åbenbart, at en sølvamalgamfyldning vil have den bedste holdbarhed. Det vil sige, når der ikke er mulighed for tørlægning, ved vanskelig tilgængelighed af kavitet, ved speciel stor kavitet samt ved stor afstand til nabotand.

Sundhedsstyrelsens anbefaling udspringer **alene** af miljøhensyn!!!, da kviksølv, som bl.a. findes i amalgam, er svært nedbrydeligt i naturen.

Sundhedsstyrelsen har således stadig den vanvittige opfattelse, at kviksølvet fra amalgamfyldnings-materialet ikke kan skade de mennesker, som har dette materiale direkte i munden - selv om det faktisk forholder sig sådan, at kviksølvet løbende frigøres som dampe, der for 80%'s vedkommende optages i lungerne og føres rundt i kroppen og oplagres, med stor skade til følge! Desuden vurderer Sundhedsstyrelsen, at plastmaterialer nu er så holdbare, at de i langt de fleste tilfælde kan erstatte amalgam.

Priser

Ved flerfladede plastfyldninger er der altid fri pris og fast tilskud på kr. 88,76, uanset hvilke tænder det drejer sig om, og uanset om der er slid på fyldningen eller ej.

Ved enkeltfladede plastfyldninger i præmolarer og molarer skelnes der som tidligere mellem fyldninger med og uden slid.

Fyldninger med okklusalt slid: Fri pris

Fyldninger uden okklusalt slid: Fast pris.

Tilskud

Generelt gælder, at der er tilskud til alle fyldninger – undtagen:

- hvis fyldningen udføres af rent kosmetiske årsager
- hvis fyldningen omfatter fire eller fem flader flader (en tand har fire "sideflader" og en "tyggeflade").

Hvad gør økonomisk dårligt stillede patienter?

Patienter, der får tilskud til tandbehandling fra deres kommune, kan nu søge om tilskud til plastfyldninger.

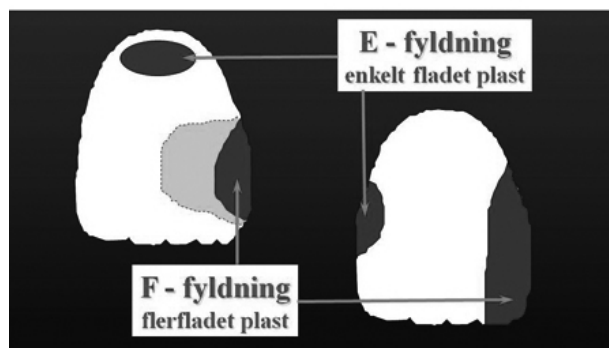
Kan man lappe en amalgamfyldning med en plastfyldning?

Ja, og behandlingen er tilskudsberettiget.

Er der forskel på tilskuddet, alt efter om fyldningen lægges i en præmolar (de to "små kindtænder", som sidder lige efter hjørnetanden) eller i en molar (de 2 eller 3 "store kindtænder", som sidder bagerst i tandbuen)?

Nej.

PLASTFYLDNINGER



E-fyldning (til venstre):

Fast pris: 354,00 kr.

Tilskud: 60,45 kr.

Ydelseskode 1505

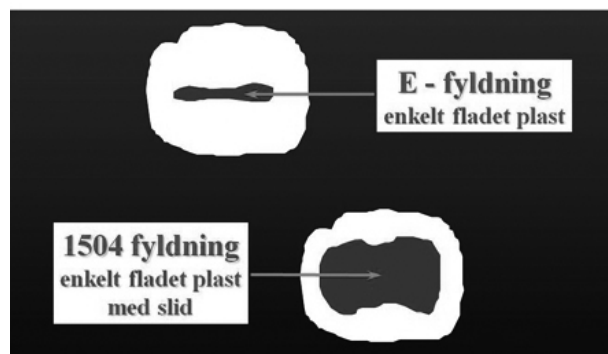
F-fyldning (til venstre og højre):

Fri pris

Tilskud: 88,76 kr.

Ydelseskode 1506

PLASTFYLDNINGER



E-fyldning (øverst)

Fast pris: 354,00 kr.

Tilskud: 60,77 kr.

Ydelseskode 1505

1504-fyldning (nederst):

Fri pris

Tilskud: 60,77 kr.

Ydelseskode 1504

De psykososiale følger ved kvikksølvforgiftning

Af Eva Svarverud, Ernæringsterapeut DET, www.friskehuset.com

Først og fremst gratulerer Norge! med forbudet om å bruke amalgamfyllinger (kvikksølv) i tennene. Jeg holder mye til i Danmark, og her ligger de etter. Men et forbud endrer jo ikke på det faktum at det er svært mange mennesker som fremdeles har amalgamfyllinger i sine tenner og som synes det er plagsomt. Det endrer heller ikke på det faktum at det fremdeles finnes barn født av foreldre som har (eller hadde) amalgamfyllinger i sine tenner. Du kan lese mer om hva jeg mener om det nedenfor i kapitlet **"omfang av skader i forbindelse med bruk av amalgam"**. Så det burde være arbeid nok for Tenner & Helse i de kommende år (dessverre, kan man jo si).



Da jeg skulle skrive min hovedoppgave på ernæringsterapistudiet (CET) sto temaet soleklart for meg: De psykososiale følger ved å være amalgambærer (og da var det mest kvikksølv i tennene jeg tenkte på). Jeg hadde egne erfaringer å bygge på (de var ikke gode). Amalgamsaneringen var jeg ferdig med i juni 2005 (i 18 tenner ble amalgam skiftet ut med plast i løpet av ½ år) og den var meget vellykket på den måten at jeg fikk det umiddelbart veldig mye bedre etter første del av saneringen og deretter kom jeg inn i en forbedringsperiode som gikk stille og rolig i riktig retning. Jeg har fortsatt med å rense kvikksølv ut og gjør det den dag i dag. Jeg har fått det så utrolig mye bedre. Faktisk såpass at jeg har gått i gang med mitt livs oppgave, nemlig å bygge opp et naturlig (økologisk) hospital. Det har fått navnet Friskehuset i Norge og Raskehuset i Danmark.

Da jeg startet på min oppgave var jeg nok fremdeles litt preget av kvikksølv og dette er noen av mine opplevelser underveis:

1. Bivirkningsgruppen i Norge (Universitetet i Bergen)

På folkemunne i Norge kalles Bivirkningsgruppen for Bivirkningsnemda og det antar jeg henger sammen med de mange erfaringer der gruppen

fremstår som en slags overordnet organ, mens den i bunn og grunn var ment som enkeltmenneskers talerør i saker som har med negative bivirkninger å gjøre (det dreier seg om alle type bivirkninger).

Jeg hadde første gang kontakt med dem i 2003 for å høre hvilke tester og hvilken hjelp de kunne tilby meg. Ikke overraskende trodde jeg ikke noe av det de kunne gjøre ville falle positivt ut for meg. Senere har jeg både erfaring (se utdrag av korrespondanse nedenfor og gå inn på Forbundet Tenner og Helse sin hjemmeside

<http://www.tenneroghelse.no> og se blant annet deres evaluering av Bivirkningsgruppen som ble offentliggjort i bladet Tenner og Helse nr. 2/2006. Du kan også finne mange innlegg hvis du søker på **bivirkningsgruppen** på Google.no.

2. Hvordan blir man møtt av offentlige myndigheter i Norge (og antagelig kunne det samme skjedd i Danmark)

I min søken etter informasjon om hvor mange som anser seg selv som skadet av kvikksølv i tennene i Norge, ringte jeg helsedepartementet (som nå heter Helse- og Omsorgsdepartementet). På min vei der traff jeg på en sekretær som umiddelbart utbrøt følgende da hun hørte hva jeg spurte om: "Det er ingen som er skadet av amalgam i tennene".

3. Dødsårsak hos tannleger.

Dette er ett av de mange temaene som interesserer meg, men det har foreløpig ikke vært mulig å finne noe informasjon om det (på meg virker det som om det er ett tema som ingen helt vil "røre ved"). Det kan hende jeg tar feil.

Ett av mine mål med å skrive denne artikkelen, er å søke etter andre som har informasjon og erfaringer med de samme temaene. Jeg vil svært gjerne arbeide videre med saken, helst i et gruppe der minst en av deltakerne har erfaring med statistikk (hvilket jeg ikke har).

Nedenfor finner du utdrag fra min hovedoppgave.

Hvorfor jeg har valgt å skrive om psykososiale følger ved bruken av kvikksølv/amalgam.

Mine ernæringsterapeutiske anskuelser og erfaringer, blant annet at kvikksølv er et skadelig tungmetall¹ og ² som ikke har noe i kroppen å

¹ "People With High Mercury Uptake From Their Own Dental Amalgam Fillings", Barregard, Lars, et al, Occupational and Environmental Medicine, 1995;52:124-128.

² Neurobehavioral effects from exposure to dental amalgam Hg(o): new distinctions between recent exposure and Hg body burden.

gjøre, ligger vesentlig til grunn for at jeg har valgt å skrive om psykososiale følger av å være amalgambærer. Som ernæringsterapeut mener jeg at også tennene er en del av kroppen og at sanering, utrensing/oppbygging med kost, vitaminer og mineraler vil være det beste løsnings for hele kroppen. Jeg er inneforstått med at plastfyllinger også kan være skadelige (umiddelbare allergiske reaksjoner), men mener at av to onder får man velge det som ser ut til å gjøre minst skade på lang sikt.

Min målgruppe er først og fremst mennesker som har diffuse, vedvarende helseproblemer som "ingen" finner ut av hverken i det konvensjonelle eller alternative helsevesen. Dersom jeg bidrar til at ett menneske får klarhet i sin livssituasjon/sine helseproblemer og oppmuntring nok til å gjøre noe med det, synes jeg at jeg har lykket. Dermed er målgruppen min interesserte personer fra begge de nevnte grupperinger innen helsevesenet og ansatte/folkevalgte innen de to lands helse- og sosialdepartementer/direktorater.

Fra Jens Bremers bok "Biokemi og molekylærbiologi" 2. utgave på forlaget Nucleus henter jeg at "Tungmetaller kan reagere med svovelet i cystein og derved ændre på et proteins struktur ved at bryde disulfidbindinger". Dette betyr at proteinet får en annen struktur og mister derved sin funksjon. Ernæringsterapien bygger på at man søker å få **alt** i kroppen til å fungere så optimalt som mulig. Se www.functionalmedicine.org.

En annen grunn er at jeg i de siste 10-15 årene har tenkt at dette kan være årsaken til et omfattende problem som mange ikke ønsker å se på i den vestlige verden: For meg ser det ut til å være en sammenheng mellom å være amalgambærer og en del psykososiale problemer: Man kan oppleve problemer med utdanning, arbeid, økonomi og nære relasjoner. Her kan jeg på det varmeste anbefale boken "Amalgam, hälsa och pengar" Lena Eriksson. Den kan bestilles på <http://www.tf.nu/m/Boklista.htm>. Der finner du også andre bøker om emnet.

I motsetning til Norge kan man i Danmark få dekket noe av den ordinære tannbehandlingen via "Sygesikringskortet".

Se mer om økonomi lengere ut i artikkelen.

Slik jeg også ser det, må det være mange ressurser innen offentlig og privat helsevesen som nærmest blir kastet bort fordi man ikke kommer til

bunns i den enkelte personens problemer; Man kan gå til psykolog eller lege (som ofte sier at man bare skal venne seg til å leve med plagene) til man blir blå i ansiktet uten å oppnå særlige virkningsfulle gjennombrudd. Hvis årsaken til problemene forblir inne i kroppen og stadig sender ut nye doser med det jeg vil kalle ren gift, kommer man ingen vei før man tar giften på alvor.

Jeg har søkt i databaser som "Clinical Pearls", "PubMed" og "Scirus": Der finnes det mye om emner som "Psychosocial and Cancer, Obesity, Coronary, Back pain, Behavior, Stress, Asthma, Whiplash, Herpes, Addiction, Atopic dermatitis, Premenstrual Syndrome, Myocardial infarction, Celiac disease, Cognition, Cardiovascular disease, Caffeine, Immune function, Obstetrics and gynecology, Fetal growth retardation, Abuse, Torture, Sick building syndrome, og Myocardial infarction. Hele 82 studier har jeg funnet der ordet psykososial og en eller annen sykdom inngår. Min egen hypotese er at det ligger en forgiftning av ett eller annet slag til grunn for de fleste av disse sykdommene. Og jeg vil gjerne ha i gang en meningsutveksling som går på hvordan mennesker med fysiske og psykiske diagnoser blir behandlet innen det offentlige helsevesen og hva vi ernæringsterapeuter kan bidra med.

Kort om hva amalgam er og amalgams historie.

Mange har skrevet om de fysiske og psykiske sidene av å være amalgambærere, og jeg nevner her kort Harald J. Hamre som en av dem. I sin bok "Amalgam og Sykdom" beskriver han både hva amalgam er og hva det kan forårsake.

Som en forklarende innledning til amalgamproblematikken henter jeg fra Harald J. Hamres bok at "amalgam som består av 50 % kvikksølv blandet med et pulver bestående av kobber, sølv, tinn og sink i forskjellige blandingsforhold ble lansert som tannfyllingsmateriale i New York i 1833. Det ble snart populært i USA og Europa da det var billigere og enklere å arbeide med enn datidens gullfyllinger". Jeg anbefaler boken da den både inneholder historiske perspektiver, faglige vurdering og refererer til mange undersøkelser som er foretatt med tanke på å synliggjøre skader av kvikksølv gjennom amalgamfyllinger. Den inneholder interessante pasienthistorier og ut i fra den boken og mine egne erfaringer omkring følelsesmessige ubalanser og amalgam i tennene kan det være fristende å høre andres mening om **"Hvilken innflytelse kan amalgam i tennene kan ha på et menneskes psykososiale liv?"**

Økonomi

I Norge er det mulig å søke om erstatning, og jeg har gjort noen forsøk på å finne ut av

- hvor mange søker om erstatning og hvor mange får.
- hvor mange blir testet innen det etablerte systemet for skader som følge av amalgambruk og
 - hvor mange får positivt svar
 - hvor mange får negativt svar

Jeg har fått mange brev fra Bivirkningsgruppen i Bergen (N), men jeg finner ikke noe svar som sier meg det jeg leter etter. I deres årsrapport for 2005 skriver de blant annet at de har fått 105 pasienter henvist og at ca. 70 % av dem gjaldt amalgamforgiftning. De fleste kvinner i alderen 40 – 69 år. Det kan se ut som om 11 personer har blitt testet positivt i 2005, men så vidt jeg ser står det ikke noe om dette utløse økonomisk erstatning og jeg må ha assistanse for å tyde rapporten for å være sikker på at jeg tolker den riktig.

OMFANG AV SKADER I FORBINDELSE MED BRUK AV AMALGAM

Omfang

Jeg velger følgende inndeling når det gjelder omfang. Det finnes mennesker som selv mener de

- Er skadet og skaden(e) kan påvises og godkjennes av offentlige myndigheter
- Er skadet og som kun gjennom såkalte alternative testmetoder kan påvise skader
- Er skadet, men der ingen metoder kan påvise skader
- Har store plager, men ikke aner at det kan relateres til amalgamforgiftning
- Kun har "normale" plager (som de har fått beskjed om at de må leve med) som de ikke tror kan relateres til noe.
- Har rett til å oppføre dårlig selv om de både fysisk og psykisk skader andre (hvilket de noen ganger ikke er bevisste om). Jeg tenker her spesielt på mennesker med manglende innlevelsesevner og de man kan kalle psykopater (som jo er et uttrykk man bør bruke med stor varsomhet og som mer eller mindre er på vei ut av fagspråket. Jeg velger å bruke det her da det antagelig er det ordet de fleste mennesker uten tvil vet hva innebærer).

- Pårørende til alle grupper, særlig barn³ , ⁴ , ⁵ , ⁶
- En annen inndeling kan være:
 - a) De som har fått amalgam i tennene.
 - b) Tannlegene⁷.
 - c) Tannhelsepersonellet.
 - d) De som har forsket frem produktene.
 - e) Produsentene.
 - f) De som håndterer avfallet.
 - g) De som arbeider i krematoriene.
 - h) De som arbeider med jorden på kirkegårdene
 - i) Pårørende til alle gruppene, særlig barn.

"Journalføring" av korrespondanse med noen norske myndigheter for å få deres tall på omfanget

Når det gjelder antallet, er det ikke mulig på det nåværende tidspunkt å si noe om det. Jeg har henvendt meg til instanser i Norge som jeg trodde ville kunne svare meg. Her følger et sammendrag av korrespondansen med tilhørende datoer:

14 august 2005 skriver jeg til Bivirkningsgruppen ved Universitetet i Bergen:

"Dessuten vil jeg be om å få opplyst: Hvor mange personer har bedt om hjelp til å søke økonomisk erstatning i forbindelse med helseskader forårsaken av tungmetaller fra a) amalgam i tennene og b) kvikksølv eller liknende i vaksiner eller c) begge deler fra Bivirkningsgruppen (f. eks. i 2004). Hvor mange har fått økonomisk erstatning?"

2 september 2005 får jeg svar fra Bivirkningsgruppen:

"Økonomisk stöd för utbyte av tandrestaureringsmaterial vid allergireaktion utbetales via Folketrygden..... Bivirkningsgruppen

³ "Methyl mercury and inorganic mercury in Swedish pregnant women and in cord blood: influence of fish consumption". Bjornberg KA, Vahter M, Petersson-Grawe K, Glynn A, Cnattingius S, Darnerud PO, Atuma S, Aune M, Becker W, Berglund M.

⁴ "Elemental Mercury Exposure in Early Pregnancy", Thorp, John M., Jr., M.D., et al, Obstetrics and Gynecology, May 1992;79(5)/Part II:874-876.

⁵ "Correlation of Dental Amalgam With Mercury in Brain Tissue", Eggleston, David W., DDS and Nylander, Magnus, DDS, The Journal of Prosthetic Dentistry, December 1987;58(6):704-707.

⁶ "Mercury and Selenium Concentrations in Maternal and Neonatal Scalp Hair: Relationship to Amalgam-Based Dental Treatment Received During Pregnancy," Razagui IB-A, Haswell SJ, Biol Trace Elem Res, 2001;81:1-19.

⁷ "Chronic neurobehavioural effects of elemental mercury in dentists". Ngim Ch, Foo Sc, Boey KW, Jeyaratnam J. Br J Ind Med. 1992 Nov; 49(11):787-90.

betalar ingen ersättning för hälsoskador orsakade av tandfyllningsmaterial och jag vet inte hur många som fått ekonomiskt stöd (støndad) från Folketrygden.”

13 september 2005 skriver jeg til Arbeids- og sosialdepartementet og stiller følgende spørsmål:

”Hvor mange har henvendt seg for å få økonomisk støtte til utskifting av amalgam? Hvor mange har fått økonomisk støtte til slik tannbehandling? Hvor mange har fått avslag?”

6 oktober 2005 får jeg svar fra Helse- og omsorgsdepartementet, som har fått brevet oversendt fra Arbeids- og sosialdepartementet. De skriver blant annet:

”Det kan ytes økonomisk støtte til utskifting av tannrestaureringsmaterialer over folketrygdens budsjett. Rikstrygdeverket fører oversikt over utbetalinger til tannbehandling, men denne er ikke så detaljert at dine spørsmål kan besvares. Vi oppfordrer deg likevel til å ta kontakt med Rikstrygdeverket, for å undersøke om det kan la seg gjøre å frembringe den informasjonen du etterspør.”

7 november 2005 skriver jeg til Rikstrygdeverket og spør:

”Hvor mange har henvendt seg for å få økonomisk støtte til utskifting av amalgam? Hvor mange har fått økonomisk støtte til slik tannbehandling? Hvor mange har fått avslag?”

11 desember 2005 skriver jeg gjen til Rikstrygdeverket:

”Jeg viser til vedlagte brev som jeg ikke ser å ha mottatt svar på. Hvis opplysningene ikke kan skaffes til veie, er det bedre å gi meg beskjed om det slik at jeg kan finne en annen måte å gjøre det på.”

25 januar 2006 får jeg svar fra Rikstrygdeverket: som blant annet sier at:

”Trygden ikke har rapporteringsverktøy som kan si hvor mange ganger en takst som brukes i forbindelse med rapportering av bivirkninger av odontologisk biomateriale er brukt”. Desuten sier de: ”De spørsmål du stiller i ditt brev av 7 november 2005, kan antagelig bedre besvares av Bivirkningsgruppen”.

6 april får jeg et brev fra Bivirkningsgruppen som:

Henviser til deres årsrapport for 2005. Og så skriver de ”Det er Rikstrygdeverket som beslutar hvilke regler som gjelder for stød från Trygden.....”

Noe de færreste muligens har tenkt på

Hvorfor fisk inneholder kvikksølv:

⁸Kvikksølv forlater kroppen blant annet gjennom avføring, se Doctors Data, Tests/Assessments Info, velg Fecal Metals. Slik kommer kvikksølv med avføringen ut i havet og blir klar til en ny runde.

8. PSYKOLOGISKE ASPEKTER

Etter min mening og erfaring henger det fysiske og psykiske nøye sammen og mine betrakninger må sees i dette lyset.

Hvis man bærer på et stoff i kroppen som naturlig ikke hører hjemme der, mener jeg det vil være helt normalt å reagere på dette, fysisk eller psykisk. Hvis man merker en slik reaksjon, og få eller ingen vil gi en medhold og støtte, mener jeg også det er normalt å føle seg alene, misforstått, fortvilet eller rett og slett deprimert. Det hadde vært bedre om man hadde blitt sint.

Noen definisjoner på depresjon hentet fra medisinske lærebøker:

Hovedredaktør Erik Kåss: Medisinsk ordbok, 5 utgave, Kunnskapsforlaget, Oslo, 1998 (skolemedisin)

"Depresjon (depression) sykkelig tilstand med alvorlig, langvarig nedstemthet, ofte i forbindelse med sterke hemninger og søvnvanskeligheter. Den kan være *endogen*, dvs. oppstå av seg selv: den kommer da ofte periodevis, av og til avløst av maniske perioder (jfr. Manisk-depressiv sykdom). Den kan også være sekundær eller reaktiv, *eksogen depresjon*, forårsaket av f. eks. tap av en nær person eller anen vanskelig motgang".

Bjålie, Haug, Sand og Sjaastad: Menneskekroppen, 2 opplag, Universitetsforlaget, Oslo, 1999 (skolemedisin)

Berører emnet meget kort, og sier at depresjoner kan være arvelige, at kvinner er mer utsatt enn menn, og at det rammer ca 4 % av befolkningen. Videre mener de det henger sammen med nedsatte funksjoner i enkelte synapser i hypotalamus. Transmittorstoffene som er berørt er serotonin og noradrenalin.

Hva skriver Eva Lydeking-Olsen om depresjon og ernæring

Eva Lydeking-Olsen er sykepleierske, ernæringsterapeut og faglig leder av Institutt for Optimal Næring i København:

⁸ www.doctorsdata.com/test.asp_assessments_info.asp

Eva Lydeking-Olsen, Optimal Næring, Bind 1, Klitrose, København 2001 (urmedisin)

Hun legger vekt på lys, sol, årstider, belastning av tungmetaller og næringsstoffer:

- Ernæringens betydning ved behandling av såkalte psykiske lidelser som skizofreni, autisme hos barn (og voksne), depresjon er under utforskning og i praksis arbeides det terapeutisk med stor suksess rundt om i verden, men de ansees stadig for kontroversielle mange steder.

Mine tanker og erfaringer med depresjon

Jeg fikk en oppklaring da jeg hørte om sammenheng mellom ordet *depresjon* og det engelske ordet *depres* som betyr nedtrykt av en av mine lærere, Turi Rye Thomsen som igjen har det fra sin lærer: Bob Moore. Det er også min erfaring at når man får lys, luft (fysisk og psykisk) og fett (kun fysisk), passe temperatur og riktige vannmengder, samt vitaminer, mineraler og balansert kost for øvrig både fysisk og psykisk, så vil man kunne åpne seg: Presset avtar. Kunnskap og innsikt i egen situasjon vil også være avgjørende. Derfor tror jeg utdanning er en god vei ut av depresjon. Jeg ser nemlig utdanning og utvikling som den rake motsetning til stillstand og innvikling.

En annen tanke jeg har, er at foran hver en stor forandring, kan det inntreffe en tilstand av sorg i et menneske som kan minne om en depresjon: Man forlater noe kjent til fordel for noe ukjent og det kan virke skremmende.

Jeg har god erfaring med at man skal la depresjonen være til den løses opp i utviklingen. Det er en god ide å pakke seg inn i bløte pledd og dyner med en god bok og skjerme seg til man er klar til å gå ut i verden igjen. De fleste av oss er jo utadvendt det meste av tiden og da krever kropp og psyke sin innadvendthet for å skape balanse. Jeg er klar over at noen "fagfolk" i det konvensjonelle miljøet vil rive seg i hodet over disse uttalelsene, men jeg vet også om alternativbehandlere som gjør det samme over måten såkalt psykisk syke blir behandlet på i den konvensjonelle sundhetsverden. Dette kunne i grunnen være et emne for seg, så jeg stopper her i denne omgang. I bladet Mat & Helse nr 3 i 2006 står det en riktig god artikkel om en mors opplevelser med den norske psykiatrien da hennes sønn reagerer på medisin gitt mot allergi.

Opplevelser fra tidligere liv i forbindelse med kvikksølvforgiftning

Det finnes flere terapeuter som med stor suksess har hentet fram informasjon fra klienters tidligere liv. Og det spiller ingen rolle at dette ikke kan vitenskapelig bevises: Hvis klienten føler at det er riktig informasjon som kommer frem, gjør det sitt til at han/hun kan slippe noe som han/hun faktisk egentlig ikke engang visste at han/hun bar på, men som på en eller annen måte har laget problemer.

Jeg skal gi ett eksempel fra mitt eget liv: Etter at jeg fikk innsikt i at jeg hadde vært utsatt for forsøk med gift i et tidligere liv, kunne jeg se på de områdene som forårsaket forgiftning i dette livet og gjøre noe med det.

En annen terapiform er å arbeide med klientenes pårørende (nålevende eller døde). Jeg tenker her spesielt på John Bradshaws

(<http://www.creativegrowth.com/johnres.htm>) bok

"Familiehemmeligheter" med undertittelen: *Det du ikke vet kan du ha vondt av*. Hvis noen skulle mene at den slags tanker kun kan komme fra mennesker uten viten og utdanning kan du gå inn på hans hjemmeside og kikke på hans curriculum vitae.

I denne boken beskriver John Bradshaw blant annet en klient som på samme dato hvert år fikk noen stygge utslett/merker på halsen. Etter mange år kom det frem at klientens mor og bestemor hadde hengt seg nøyaktig på denne dato men med noen års mellomrom. Faren hadde "spart" sitt barn ved ikke å fortelle sannheten om hvordan døden hadde inntruffet for disse to. Først etter at klienten fikk vite det, forsvant utslettene.

Jeg tar dette med fordi jeg mener at en kvikksølvforgiftning hos en mor/bestemor, far/bestefar kan gå i arv på forskjellige måter (både fysisk og psykisk).

Roller: Offer – overgriper – vinner

Jeg kan lett forestille meg at enhver som mener man er dårlig behandlet kan føle seg som et offer. Altså er det forståelig at de leter etter den eller de som har forårsaket problemene. Og det kan tenkes at man finner årsaken og personen(e) som var innblandet, men mye kan ha skjedd siden hendelsen inntraff. Og det er store muligheter for at personen(e) vil si at "Jeg gjorde mitt beste ut fra de forutsetninger jeg hadde da". Jeg vil ikke gå noe videre inn i hvem som har rett og hvem som har feil, for det er ikke poenget her.

Her er poenget å finne en annen løsning. For man kan bli værende offerrollen, også inntil man blir "blå i ansiktet". Og det kan hende at man aldri finner noen motstander, eller at motstanderen ikke vil gå inn i saken. I mange tilfeller kan man definere en motstander som en overgriper.

Og løsningen er like enkel som den er vanskelig å gjennomføre: Gå ut av offerrollen ved å ta ansvar for ditt liv i dag. Ansvar og aksept er to gode ord i denne sammenhengen, samt å tenke løsningsorientert: Jeg har et problem, hvordan kan jeg selv løse det, og hvem kan gi meg den beste veiledning. Det finnes mange fallgruber her, mange nok til at det kan bli et eget tema. Jeg kan kun anbefale deg å søke en kyndig psykoterapeut/healer for å få assistanse til dette arbeidet.

Livssyn, vinklinger, subjektivitet, objektivitet

For meg virker det som om både livssyn og innstilling til livet spiller en stor rolle når man uttaler seg om psykiske lidelser, hvordan de oppstår og hvordan de skal heles. Det er jo ikke mulig å si at ett livssyn er mer riktig enn et annet, det er heller ikke mulig å si om noe er 100 % subjektivt eller 100 % objektivt. Det er vel ingen som vil stå frem og si at det de tilbyr sine pasienter slett ikke virker, eller virker litt, men har mange negative bivirkninger. Det vanskelige kan være å se hva som ligger bakenfor en uttalelse om at "Dette vil være den beste løsningen" for deg, og man kan jo heller ikke vite det før man har prøvet. Eller kan man?

KOST, - VITAMIN, og ANDRE RÅD

Vitaminer

Vitamin C utmerker seg og jeg vil anbefale å finne en lege som kan gi C-vitamin i høye doser og intravenøst. Så vidt jeg vet, finnes det kun en i Norge. Ham kan du finne gjennom å kontakte meg (Eva_Svarverud@hotmail.com) . I Danmark ligger Claus Hanches klinikk i Kongens Lyngby ikke langt fra København (<http://www.iom.dk>). Det hadde jo vært å ønske at det kom busslaster med nordmenn til Danmark for å få C-vitamin fremfor billig øl.

For øvrig vil jeg anbefale:

Morgen: 1 multivitamin (jeg ønsker ikke å fremheve ett spesielt produkt)
1 sterk C vitamin (1000 mg)*
1 B kompleks (viktig at du ikke bare tar enkelte B-vitaminer alene)
Gode tarmbakterier
Fiskeolje av god kvalitet = Den skal stå kaldt når du kjøper den og den skal stå i ditt kjøleskap, ellers harskner den.
Den skal være godkjent fri for tungmetaller.

Aften: 1 multivitamin
1 sterk C vitamin (1000 mg)*

Magnesium
Sink
(Eventuelt gode tarmbakterier)

Det er mer virkningsfullt med lave doser over lang tid (flere år, for ikke å si for alltid) og du skal sørge for å ta både vitaminer og mineraler (de arbeider sammen).

* C-vitamin er den eneste vitamin du ikke kan overdosere: Tar du større doser enn 2-3000 mg om dagen kan du få tydelige signaler fra magen din om at du har fått nok. Dvs. den blir løs. Da skal du stoppe doseringen og gå tilbake 1000 mg neste gang. Jeg gjentar at det stadig finnes noen som hevder at vi ikke behøver, ikke skal ta ekstra vitaminer og særlig ikke store doser. Min egen erfaring er at dette virkelig gjør en stor forskjell i positiv retning. Lytt til de fagfolkene du føler mest tillit til, men glem ikke å lytte til deg selv!

Alger, grønne og røde

Det er mange som sverger til alger når det gjelder utrensing, jeg har ikke mye egen erfaring med det. Men pass også på her at du får produkter som er fri for tungmetaller.

Kost bestående av:

Grønnsaker =	Rotfrukter, kål av alle typer, grønne bønner etc
Frisk frukt =	Det mest ideelle er å spise de frukter som vokser der du bor Tørret frukt er det sukker i, selv den økologiske og ikke så godt for din buspyttkjertel
Proteiner =	Bønner og liner og tang, fisk (obs kvikksølv), kylling, lam eller vilt, litt okse, egg (økologisk)
Karbohydrater =	Ris, mais, quinoa, hirse (altså de glutenfrie), Wasas gluten og laktosefrie knekkebrød (de er dessverre ikke økologiske)
Fett =	Økologisk smør og oljer som er av kaldpresset, jomfrukvalitet på mørke flasker. Skal stå kaldt etter åpning. Kjøper du stor flaske, heller du litt over på en bruksflaske.

Minus = kaffe, melkeprodukter, sukker og korn (gluten)

Forslag til pålegg = Tahin, hjemmelavet lammeleverpostei, spekepølse, økomajones, egg, hjemmelavet lammerullepølse, kylling og andre middagsrester (torskerogn).

Dette er kanskje den mest vanskelige delen av det hele.

Mosjon

Det er mye "detox" – et ord jeg synes det har gått inflasjon i – i en god spasertur. Skulle du fristes av å faste på en eller annen måte, er det meget viktig at du beveger deg så du svetter. Når det fate, synes jeg for øvrig at det er smart å forhøre seg med en lege eller en annen behandler som kjenner din kropp godt. Faste kan være utrolig godt, men det kan også belaste kroppen hvis du ikke er sterk nok. Jeg har investert i en infrarød sauna og har mye glede av den. Se <http://en.reifwolff.dk/>. Her finner du også info om alger og en juicemaskine som virkelig vil noe.

Søvn

De fleste som er belastet med kvikksølv, føler seg trette. Men det er sikkert noen som har vanskeligheter med å sove også. Søvn er jo riktig god healing. Har du problemer med å sove, vil jeg anbefale B-komplex og magnesium, inntatt i den sammenhengen jeg har beskrevet over. Blant Dr. Bachs Remedier finner du også en søvnspray og mange kan finne ro i sengen ved hjelp av energistener (under eller ved sengen).

Vann

Drikk rikelig med rent, temperert vann. Det finner du som oftes i springen. Kaldt vann krever energi fra kroppen til å varme den opp igjen. Den energien kan du bruke på noe annet. Drikk vann av glass eller glassflaske (obs ikke når du kjører), plastflaskene er ofte selv forurensset. Drikk gjerne varmt vann (altså kokt) om morgenen. Det renser utrolig godt.

Andre råd

1. Noen bruker akupunktur, soneterapi, massasje, healing, meditasjon, yoga eller andre øvelser for å hjelpe kroppen.
2. "De-tox" (igjen), altså avgiftning er et ord man ofte kan støte på i denne sammenhengen. Tilbudene er mange på markedet og det

gjelder som alltid å finne ut av hva som gir god kvalitet for pengene. Et godt råd kan være å finne ut av hvem er opphavet til produktene som tilbys og hva firmaet eller menneskene bak firmaet står for. Jeg gir deg her ett eksempel, men det finnes sikkert flere:

- Så vidt meg bekjent er det Scientologene som står bak firmaet Pharma Nord. Deres produkter er av god kvalitet, men Scientologien er en retning som ikke passer så godt inn hos meg. Altså velger jeg andre leverandører enn dem. De avgiftningsmetodene jeg vil anbefale deg å bruke i tillegg til dem jeg har nevnt under punkt 1 er stort sett gratis:
- Sauna
- Svette (du kan gjøre som indianerne, lage deg en svette-hytte) pass bare på at du får nok væske slik at du har noe å svette ut, og selvfølgelig skal dette gjøres med stor forsiktighet hvis du har pådratt deg en spesiell helsesituasjon som hjerte/blodtrykk etc. Konsulter alltid legen din før du går i gang med slike egen-behandlinger.

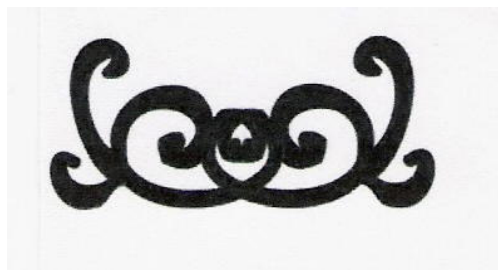
3. Noen skifter ute en plombe av gangen, andre kan ta et helt kvadrat, slik at man er ferdig på 4 ganger. Det må være deg selv, samt ernæringsteapeut/annen behandler og tannlege som finner ut hva du kan tåle.

Utdrag fra hovedoppgave ved ernæringsterapistudiet våren 2006
Eva Svarverud Eva_Svarverud@hotmail.com

Dr. Harald Hamre kommer til Danmark den 9. maj 2009 for at tale om amalgam og sygdom. Sæt datoen af allerede nu!

Venlig hilsen Eva Svarverud, Raskehuset

Oplysninger om tid og sted følger i næste nummer af SD bladet /red



Meridianbaner og rodbehandlede tænder

En historie om en syg betændt tand og for højt blodtryk (patienthistorie)

Artiklen handler om, hvorledes en halvdød, delvist rodbehandlet tand i 16 år kan have påvirket det høje blodtryk, jeg fik. Jeg havde ikke været klar over, at en "slagter" af en tandlæge, da jeg var teenager på Lolland, delvist havde rodbehandlet eller gjort noget ved min tand nr. 4 i overmunden, som gjorde, at den kunne udskille mikrober/toksiner og virke irriterende på min meridian til hypofyse og andre relaterede blodtryks-områder. Jeg har DOG også gennem stressede perioder i mit liv, og inden jeg fik for højt blodtryk, haft problemer med bugspytkirtel (blodsukker-niveau) og med venstre storetå, med tyktarmen -

ileocoecalstedet ved indmunding af *tyndtarm* hertil - og i højre skulder (begge typiske for problemer med 4. overmunds-tand) og som - bemærk - begge blev specielt smertefulde, da jeg for 1½ år siden fik den her betændelse i 4. tandrods spids, i tiden helt op til den blev trukket ud, **hvorefter begge steders smerter igen forsvandt som dug for solen.**

Allerede fra starten, da min tand blev betændt røg mit stakkels blodtryk endnu højere op, helt vildt højt og mit hjerte bankede som en gal - især om morgenen når jeg vågnede - i denne periode ofte på 200/185-120/115. Mit blodtryk havde ellers i alle de år altid ligget på mindst 165-145/95-90 og kunne ikke komme herunder - hverken med medicin, motion eller meditation. Jeg er yoga-, aerobic- og danselærer, lever sundt, er slank, ryger ikke og drikker sjældent. Ingen blodtryksmedicin har dog i alle disse 16 år kunnet få mine tal ned, hvor de skulle...som f.eks. til 120/80!

Tanden blev trukket ud af min egen bornholmske tandlæge og til min store glæde og overraskelse faldt hjerterytmen øjeblikkeligt til normal. Dette skete straks eller få minutter efter tanden var ude og han havde stoppet sit renseri i tandhulen/kæben. De tidligere nævnte smerter i højre skulder og ileocoecalstedet forsvandt samme dag tanden var trukket ud. Begge steder er på Dr. Rau's liste over tand nr. 4. Jeg kunne tydeligt mærke den dag og i tiden efter, hvorledes hele mit system faldt til ro. Først 8 timer efter tandudtrækningen målte jeg trykket og var nær faldet på gulvet!! Mit blodtryk var for første gang i 16 år **NORMALT**. Jeg kunne i de følgende 6-8 mdr. måle, at mit blodtryk faldt mere og mere, også om morgenerne, hvor det forblev højt - længst og resten af dagen **forblev** det hele tiden normalt, med undtagelse af, når jeg havde haft vildt travlt. Jeg kan i mange perioder nøjes med halv dosis af begge mine mediciner...men tør ikke slippe den helt, da trykket så stiger. Dog slet **ikke så højt** som før eller som under de 10-14 dage i betændelses-tiden (helt oppe omkring 200/185-120/115).

Uddrag af Dr.Rau's liste over tand nr.4+	
Første lille kindtand i højre side af overkæben (nr. 4 tand fra midtlinien fortil)	
Tyktarm	
Øjensygdomme - nethindeløsning - sygdomme i bageste del af øjet - søvnløshed - schizofreni-lignende symptomer - ustabilt stofskifte - mentale forstyrrelser - cellernes stofskifte - fordøjelse - enzymomsætning - lever-/mave-/bugspytkirteldysfunktion - alle nr.4-tænder har lighed med nr. 8-tænder en nøglefunktion i kroppen - øvre opadgående og tværgående del af tyktarmen. Blodtryk.	
Yin	Lunge(højre) - lever - bugspytkirtel
Yang	Tyktarm(højre del) - mave
Hypofysen (bagerste del)(blodtryk) - skjoldbruskkirtel	
C V, VI, VII - Th III, IV - L IV, V	
C V, VI, VII - Th II, III, IV - L IV, V	
Hånd (lillefingerside) - fod - store tå - skulder - albue	
Krop arme og ben	
Næsens bihuler - kæbehulen - øje	

Teorien går på, at hver tand går via en meridian/energibane ned til forskellige steder i kroppen og man siger, at tanden er **det fokus**, der er medskyldig i sygdommen. Et fokus kan sammenlignes med en stille støjsender, der konstant sender forstyrrende støj ud og rundt i organismen. Enhver rodbehandlet tand er altså et fokus, som i det lange løb vil svække kroppens modstandskraft og energiniveau.

Hvad er det så disse døde rodbehandlede tænder gør ved kroppen?

Rodbehandlede tænder kan give en mængde forskellige sundhedsproblemer inkl. cancer, hjerte/kredsløbs sygdomme, arthrititis, depression, nyre- og svampeproblemer **samt adskillige auto-immune sygdomme**. Årsagen er, at mikrober udvikler sig i massevis inde i de små kanalsystemer i tænderne og så gradvist derfra siver ud i lymfesystemet. Selv de normalt harmløse mikrober kan blive ret så farlige, stærkere og mere toksiske under de *anaerobe* forhold, der er i en død tand. Rodbehandlede tænder er dødt væv. Dødt væv afgiver kadaverproteiner, som kroppen jo så vil prøve at beskytte sig mod. Disse protein-

stoffer er f.eks. *Indol*, *Skatol*, *Merkaptan*. Vi ved, at *Indol* er kendt i forbindelse med udvikling af cancer. *Skatol* er fundet hos sklerose-patienter og *Merkaptan* lugter af rådne æg - er en organisk forbindelse.

Med denne artikel håber jeg at kunne åbne øjnene for at være påpasselig med dårlige og rodbehandlede tænder.

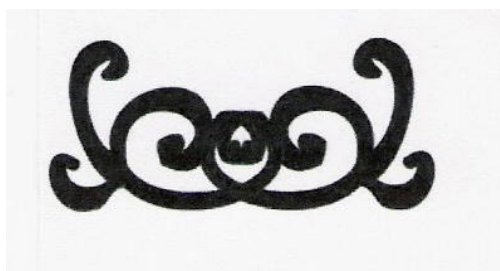
Med de venligste hilsner Birte Robins,
Krop- og Sundhedskonsulent, yoga/meditations-lærer, psykoterapeut og
pædagogisk leder af SFI (Skandinavisk Fokuserings Institut)
Email: birterobins@hotmail.com
Web site: www.focusing.dk

(Forkortet af red. Læs hele artiklen på www.fmsd.dk)

FmSD kommentar:

Dr. Thomas Rau er cheflæge på Paracelsus klinikken i Schweiz,
www.paracelsus.ch. I SD bladet nr. 4/2007 er der en artikel om klinikken,
skrevet af tandplejer Kathleen Muto.

Dr. Rau' liste over sammenhænge mellem tænder og krop findes på
nettet: www.fmsd.dk under symptomer. Klik på
www.klinikfortandsundhed.dk



USA forbyder eksport af kviksølv fra 2010

The Senate Environment and Public Works Committee har i juli 2008 vedtaget en lov (Mercury Market Minimization Act), der forbyder eksport af kviksølv fra USA i 2010, og i den forbindelse udsendte senator/kommende præsident Barack Obama følgende udtalelse:

"De skadelige effekter af kviksølv er almindeligt kendte og udgør en trussel mod især børn og gravide kvinders helbred og sikkerhed. Vi ved, at kviksølv kan være skyld i alvorlige udviklingsmæssige problemer hos børn og hos voksne i problemer, der vedrører syn, motorik, blodtryk og fertilitet. USA er en af de førende eksportører af dette farlige produkt. Denne lov vil fjerne en signifikant del af kviksølv fra det globale marked og repræsenterer en vigtig aftale mellem industrien og miljøgrupper. Kviksølv er en potent nervegift, som kan være skyld i alvorlige udviklingsforstyrrelser hos børn, lige fra medfødte defekter til mental retardering. Så mange som 630.000 børn fødes hvert år i USA med risiko for kviksølv-relaterede neurologiske problemer. Hos voksne kan kviksølv udløse seriøse neurologiske problemer, der påvirker syn, motorik, blodtryk og fertilitet. Op til 10 procent af kvinderne i USA i den fødedygtige alder har kviksølv i blodet på et niveau, der ville være risikabelt for en baby."



The Mercury Market Minimization Act:

Kommerciel eksport af usammensat kviksølv fra USA bliver forbudt i 2010.

Kommercielt salg eller flytning af statslige kviksølv lagre, som ejes af Department of Energy og Department of Defense, bliver forbudt undtagen for flytning til permanent opbevaring.

Der skal tilvejebringes permanent opbevaring til det af Department of Energy indsamlede kviksølv.

Helsebringende krydderier – del 2

Af Trine Jørgensen

Første del af artiklen blev bragt i SD bladet nr. 3/2008 og beskrev chilli, ingefær og kanel.

Hvidløg

modvirker bakterier og betændelse, parasitter og svampe i mave-tarmkanalen, hjælper mod muskelsmerter, mod astma og bronkitis og modvirker smerter i tænder og gummer. Hvidløg nedsætter også kolesterol og forebygger åreforkalkning.

Hvidløg fortynder blodet og forebygger forkalkning og blodprop, sænker blodtryk og kolesterol, modvirker svamp i tarmen og uskadeliggør kræftfremkaldende stoffer. Det har en bevarende effekt på kroppen (antioxidant) og stimulerer immunsystemet. Der er ikke beskrevet skader eller bivirkninger af hvidløg

Nelliker

Kryddernelliker indeholder det samme aromastof som allehånde eugenol, der har veldokumenteret bakteriedræbende og lokalbedøvende effekt. Desuden en krampedæmpende virkning, hvorfor det anvendes mod forskellige problemer med fordøjelsen. Er i dag også meget anvendt som mundrensemiddel.

Stødt allehånde

Allerede mayaerne udnyttede den konserverende effekt i allehånde til at balsamere deres døde fyrster. Senere brugtes allehånde til at konservere kød bla til lange sørejser. I 1800-tallet har allehånde været brugt mod hysteri hos nervøse, unge kvinder. I dag bruges allehånde især mod mave-tarmsygdomme – da krydderiet har antiseptisk virkning.

Gurkemeje

omtales som lægemiddel allerede i hinduernes lægebog Ayurveda 2000 år f. kr. Har i årtusinder været del af kinesisk og indisk folkemedicin. Den siges at sænke kolesteroltallet, forhindre blodpropper og have en antiinflammatorisk effekt, der er større end hydrocortison. Det gule farvestof curcumin har en bakteriedræbende virkning. Den skulle også have gavnlig virkning på leversygdomme og fordøjelsen. Gurkemeje har i dag fået en renæssance i medicinen som middel mod kræft. Det viser sig nemlig, at curcumin er et særdeles effektivt middel til at forhindre, at cancercellerne danner tilstrækkeligt med blodkar til at kunne overleve.

Modvirker blandt andet gigt, betændelse og cancer, problemer med fordøjelsen og hudlidelser.

Muskatnød

er godt mod søvnløshed og angst, afslapper musklerne, modvirker kvalme og opkastning samt fordøjelsesproblemer, fx diaré. Muskatnød er også godt mod ledsmerter, urinsyregigt og mod tandpine. Den nedsætter blodtrykket, forbedrer kredsløbet og nedsætter kolesterol, forbedrer evnen til at koncentrere sig og modvirker ufrugtbarhed og impotens.

Sennep

Siden antikken har de foretrukne fødevarer til behandling af lunge- og luftvejsslidelser været sennep, hvidløg og chilipeber. Gule sennepsfrø, som er basis for sennep, har også en række gode virkninger. De skal være et næsten ufejlbarligt middel mod alle slags sygdomme i fordøjelsesorganerne, mod svaghed, hæshed, stenbesvær, vandladningsbesvær og astma. Det skal også have anti-bakterielle egenskaber og være godt mod forkølelse og bihuleproblemer, da det virker slimløsende. Det skal kunne styrke hele organismen, forbedre blodet og indvirke positivt på nerverne.

Sennepsfrø anbefales visse steder som middel til at stimulere fordøjelsen i tyndtarmen med og derfor til at fremskynde fordøjelsen med, som gode mod hikke, som et middel til at sænke kolesterol, blandt andet på grund af et stort indhold af magnesium, mod muskelkramper og smerter, mod kvalme, og som et middel til at øge forbrændingen, så man brænder ekstra kalorier af. Man kan tage en teskefuld hele, gule sennepsfrø to til tre gange dagligt, fx før frokosten og før middagsmaden, og evt før man går i seng. Der skal ikke være bivirkninger udover måske lidt ubehag i maven de første 14 dage, hvor man så kan nøjes med at tage dem to gange dagligt.

Pebermynte er godt for slimhinderne i munden og hele vejen gennem fordøjelseskanaalen, modvirker irritabel tyktarm, hæmmer vækst af svampe og bakterier, modvirker allergi og astma.

Kilder og for yderligere info:

<http://www.helsenyt.com/>

<http://www.dsgnet.dk/Sites/artsym/krydderier.asp>

Krydderier og kokkerier, af Torsten Vildgaard og Carl Th. Pedersen

Læs om flere krydderier i næste nummer. /red

Mobiltelefoner øger børns risiko for cancer i hjernen med 500 procent

Alarmerende ny undersøgelse indikerer, at børn og teenagere har fem gange større sandsynlighed for at få hjerne cancer, hvis de bruger mobiltelefon. Undersøgelsen rejser frygt for, at problemet blandt dagens unge senere i livet vil udvikle sig til en ren epidemi.



Den svenske undersøgelse blev fremlagt denne måned ved den første internationale konference om mobiltelefoner og sundhed. Den er en del af en større dataanalyse fra et af de største studier omkring sammenhængen mellem mobiltelefoni og cancer ledet af professor Lennart Hardell fra Klinik for Onkologi ved Örebro Universitetshospital. Professor Hardell oplyste på konferencen, at "mennesker som starter brug af mobiltelefon før de er 20" øger forekomsten mere end 20 gange for gliomer. De hyppigste svulster i hjernen udgår fra hjernens støttevæv, der hedder glia, og de kaldes derfor gliomer. Gliomer sidder inde i selve hjernen og udgør mellem 20 og 25 procent af alle ondartede hjernesvulster.

Risikoen for unge udsat for trådløse telefoner i hjemmet var næsten lige så stor. Trådløse telefoner udgjorde en fire gange så stor risiko.

En stor dansk undersøgelse foretaget af Kræftens Bekæmpelse, som nedtoner risikoen ved mobiltelefoni, bliver stærkt kritiseret af Lennart Hardell og den amerikanske forsker og læge, George Carlo fra Science and Public Health Policy Institute i Washington D.C.. George Carlo hæfter sig ved, at det ofte er teleindustrien, der i disse år finansierer storstilede forskningsprojekter.

Kilder:

The Independent September 21, 2008

EMF & Health: A Global Issue September 8-9, 2008, The Royal Society, London

www.mercola.com

Andre foreninger, tidsskrifter, hjemmesider m.v.

Nordiske patientforeninger:

Norge: Forbundet Tenner og Helse: v/FFO, Postboks 4568 Torshov, No-0404 Oslo
E-mail: post@tenneroghelse.no Hjemmeside: www.tenneroghelse.no
tlf. 0047-6234 3407

Sverige: Tandvårdsskadeförbundet, Kungsgatan 29, 2tr, SE-461 30 Trollhättan
E-mail: info@tf.nu Hjemmeside: www.tf.nu
tlf. 0046-520 80 600 Fax: 0046-520 80 602

Finland: Föreningen för tanpatienter i Finland (Suomen Hammaspotilasyhdistys):
PB213, FIN-00121 Helsingfors tlf: 00-358 9 55 66 25

Tidsskrifter:

Danmark: "Mit helbred"- **medlemmer af FmSD kan tegne abonnement til favørpris.**
www.mit-helbred.dk

Norge: Tenner &Helse(Forbundet Tenner og Helse)
Nordisk Tidsskrift for Biologisk Medisin (VitalPress, Bjørklund
Pharma AS, Toften 24, NO-8610 Grubhei)
E-mail: info@vitalpress.no Hjemmeside: www.vitalpress.no

Sverige: Tf-bladet (**Tandvårdsskadeförbundet**)

USA: Bio-Probe Newsletter, (Bio-Probe, Inc.,
P.O. Box 608010, Orlando, ,FL. 32860-8010 www.bioprobe.com

Andre Internetsider

Lichtenberg www.lichtenberg.dk

Heavy Metal Bulletin,

(Monica Kaupp):

www.heavymetalbulletin.com

IAOMT:

www.ccrlab.com/iaomt/index.html

IAOMT, Sweden:

www.iaomt.nu

Kvicksilversidan:

www.kvicksilver.org

Vitalpost, Bjørklund Pharma AS: www.vitalpost.no

Hugnet (Hal A. Huggins DDS, MS): www.hugnet.com

Talk International.com: www.talkinternational.com

The Doctors' Medical Library (Ron Kennedy, M.D.): www.medical-library.net

The Institute for Health Realities (H.L. "Sam" Quenn): www.queenhealth.com

Mat og Helse, Månedsmagasin www.matoghelse.no

E-mail grupper

Hg-listan: www.kvicksilver.org/e-lista/hg-lista.html

Nordisk diskusjonsgruppe for

biologisk medicin (nordbiomed):

www.yahooogrupper.dk/group/nordbiomed

The AMALGAM list:

www.listserv.dfn.de/archives/amalgam.html

Metals & Human Health

Discussion Forum:

www.pairlist.net/mailman/listinfo/metals

Foreningen mod Skadeligt Dentalmateriale

Bankkonto: 7454 1024399, Kreditornummer: 8879 5601

Foreningen er en nonprofit, uafhængig og selvstændig patientforening med det humanitære sigte at få giftige materialer fjernet fra tandplejen.

Foreningens formål er:

1. At fremme kendskabet til skadeligt dentalmateriale og tungmetalforgiftning, f.eks. fremkaldt af amalgamfyldninger.
2. At opnå anerkendelse hos social- og sundhedsvæsenet af tandplejeskader.
3. At formidle ny viden og nye behandlingsmuligheder.
4. At støtte og vejlede medlemmerne via kontaktpersoner.
5. At opnå tilskud til andet dentalmateriale end amalgam.
6. At opnå social- og sundhedsvæsenets godkendelse og økonomisk støtte til behandling og tandskader.

Kontingent 2008

Enkeltpersoner kr. 180,00, ægtepar kr. 250,00 pr. år.

Erhvervskontingent kr. 1.200,00 pr. år.

Kontingentet gælder for et kalenderår og opkræves i januar måned. For nye medlemmer, indmeldt efter 1. oktober, gælder kontingentet også det efterfølgende år. Gaver til foreningen modtages gerne.

Henvendelser af økonomisk art rettes til kassereren eller til formanden for foreningen.

Adresseændringer og indmeldelser

Til foreningens adresse.

Har du idéer til fremme af foreningens virke, så send dem til foreningen!

Artikler til medlemsbladet

Manuskripter modtages meget gerne, helst skrevet i tekstbehandlingssystemet WORD, men også håndskrevne artikler har interesse.

Materialet kan sendes som fil til formanden, E-mail: ingelis.marchant@email.dk eller som almindelig post til formandens postadresse, gerne på diskette eller på Cd-rom.

Personlige beretninger kan skrives under mærke, blot foreningen har navn og adresse på indsenderen.

BØGER: 150 år med amalgamfyldninger kr. 50,00

Navne og adresser

Formand **Inge-Lis Marchant**, Sandstumpvej 9, 8500 Grenaa
Tlf. 86 32 57 65 E-mail: ingelis.marchant@email.dk

Næstformand **Peter Johansen**, Ryparken 76, 2. th., 2100 København Ø

Kasserer: **Karen Hjarsen**, Mellemstræde 3 st. 8500 Grenaa
Tlf. 35 13 14 40 E-mail: karen.hjarsen@city.dk

Bestyrelsesmedlem **Peter Damgaard**, Stubbum Landevej 64, 6070 Christiansfeld
Tlf/fax: 74 56 11 95

Bestyrelsesmedlem **Lise Langberg**, Egevænget 76, 8310 Tranbjerg
Tlf. 86 29 07 35

Bestyrelsessuppleant **Inge Marcuslund** Langengevej 1, 2 tv 8240 Risskov
Tlf. 86 21 41 06

Bestyrelsessuppleant **Anne-Birte Rasmussen**, Ålborggade 19, 4. tv., 8000 Århus C
Tlf. 86 13 39 07 E-mail: anne-birte@get2net.dk

Foreningens telefonsvarer: (+45) 35 39 15 60

Revisorer: Jens Peter Udsen, Herman Bangs Vej 28, 8500 Grenaa
Aase Kruse Kukkebækvej 2B, Pederstrup, 8560 Kolind

Revisorsuppleant: Poul Chr. Andersen, Ericaparken 57, st.tv., 2820 Gentofte

Kontaktpersoner:

Poul Chr. Andersen	København	Tlf. :39 67 74 04
Birthe Mikkelsen (MCS,el-)	Ikast	Tlf.: 97 14 02 09
Esther Nielsen	Ans by	Tlf.: 86 87 91 30
Åse Nielsen	Rønne	Tlf.: 56 95 32 31
René Lehmann Pedersen	Odense	Tlf.: 66 10 71 20
		E-mail: rene.lehmann@oncable.dk
Hugo Svarrer (psyk.)	København Ø	Tlf.: 86 63 86 16
Lizzy & Bent Poulsen	Nørre Sundby	Tlf.: 96 96 50 33
		E-mail: lqpoulsen@tiscali.dk

Tegninger og illustration: Lis Sinding, www.lis-sinding.dk

Tryk: Off-set Service, Odense

