

Fluor **L'erreur prophylactique** *Hans Harress*

Une expertise de l'Union Européenne prouve à présent sans ambiguïté qu'il n'existe aucune preuve scientifique d'une protection du fluor contre les caries dentaires.

Malgré cela, dans certains pays, les eaux de boisson sont fluorées. Le sel est enrichi en fluor et la plupart des crèmes dentifrices en contiennent.

Depuis quelques dizaines d'années, des composés du fluor sont mélangés de plus en plus aux aliments comme le sel, les pâtes dentifrices et les biscuits, et dans certains pays également aux eaux de boisson. De cette substance ajoutée, on attend en particulier une protection dentaire. Mais il existe diverses opinions et exposés à la vérité très variés qui s'affrontent sur cette affirmation. Des médecins, tout un ensemble de médecins-dentistes, indiquent et mettent en garde au sujet des risques entraînés par l'utilisation des fluorures sur notre santé, d'autres scientifiques et médecins-dentistes préconisent au contraire les ajouts à cause d'une protection dentaire contre la carie. Qui a raison ? Est-ce qu'il existe des dangers pour la santé et si oui, lesquels ? Est-ce qu'il subsiste un risque ? Quelles preuves et recherches sont disponibles ?

Une controverse de plusieurs décennies sur l'utilisation des fluorures

Depuis les années 40, un certain composé du fluor — le fluorure de calcium — est tout bonnement prisé comme moyen de prophylaxie de la carie et recommandé, entre temps par la majorité des dentistes. Il est contenu dans les dentifrices, les revêtements dentaires et on le recommande aussi pour les bébés, les petits enfants sous forme de cachets (*D-Fluoretten, Vigantolletten*). Certes, nous absorbons quotidiennement du fluor au travers des aliments, mais évidemment, on ne sait pas suffisamment qu'au-delà d'une certaine concentration, le fluor peut être un poison dangereux. Dans les conditions normales, le fluor est un élément gazeux, il fait partie des halogènes et est très réactif. Il est plus toxique que le plomb et doit être travaillé en chimie sous des mesures de sécurité particulières. Dans la croûte terrestre, le fluor ne se rencontre pas à l'état gazeux, mais il est lié sous forme de fluorures. Les fluorures solubles sont également très toxiques en forte concentration. Ce produit chimique est entre temps — certes fortement dilué — comme fluorure de sodium, ajouté aux pâtes dentifrices et autres.

Dans l'intervalle, des études scientifiques ont donné comme résultat que la preuve médicale de l'activité du fluor dans la prévention de la carie n'a pas pu être incontestablement apportée. Ainsi des études statistiques en double aveugle, n'ont pas fourni d'avantage significatif à l'utilisation du fluor dans la pâte dentifrice, le sel, ou l'eau de boisson. Plusieurs études de terrain aux USA, au Canada, en Nouvelle Zélande, ont au contraire rapporté que dans des régions dépourvues de fluorures dans l'eau de boisson, surgissent moins (!) de cas de caries.

Le fluor est un élément à l'état de traces naturelles dans le corps humain, pour un poids de 70 kg, il doit y en avoir 5 g. Mais il est cependant très inégalement réparti dans le corps, la plus grande partie dans les dents et dans les os. La quantité de fluorures indispensables à l'organisme est contenue dans l'alimentation de manière suffisante, de sorte qu'il n'existe aucun besoin de la compléter en fluorures.

Les pâtes dentifrices sans fluor sont devenues rares. On peut encore s'en procurer dans les magasins bio et de produits diététiques ainsi que sur *Internet*. On doit renoncer à l'utilisation de sel de cuisine additionné de fluorures pour les raisons indiquées, car le fluor n'appartient en aucune façon aux aliments disponibles en toute liberté. Depuis longtemps, il est vrai que des fonctionnaires de la santé le recommandent aux fabricants de produits alimentaires, entre autres de biscuits, « pour améliorer la santé générale du peuple », mais le plus souvent c'est au moyen de l'utilisation du sel fluoré. Par ces mesures non-démocratiques, la libre détermination du consommateur est ruinée, car il ne peut pas s'en défendre, d'autant qu'il n'y a aucune obligation à signaler cela sur l'emballage.

Fluorures et psychopharmacie

Cette médication globale de masse est extrêmement problématique, puisque désormais, un dosage de contrôle des doses de fluorures dans le cas médical est pratiquement devenu impossible et peut mener à des doses supérieures non voulues. En outre, il s'agit de substances toxiques non déclarées, qui peuvent être d'autant plus dangereuses que l'organisme les absorbe davantage. Des investigations aux USA ont par exemple montré que la plupart des gens absorbent quotidiennement des quantités de fluorures qui se trouvent à la limite de la toxicité autorisée.

Il semble que l'action du fluor sur notre psyché soit alarmante. Ainsi il est censé étouffer la libre volonté humaine d'une façon rampante mais continue. *Ian Stephen* signala dans *Nexus Magazine* en 1995 ; « le fluorure est une des substances psychotiques les plus puissantes. Il est présent dans 25 % de tous les calmants et dans 60% de la psychopharmacie. »

Les effets des produits chimiques se révèlent probablement — à côté d'autres facteurs — et sont aussi actuellement à observer de la manière la plus fréquente dans les cas des phénomènes de fatigue durable, des syndromes de *Burn out*. Perte de plaisir et affaiblissement de l'incitation. Ce n'est pas l'affirmation d'une « théorie de la conjuration », comme on élimine volontiers l'objection du côté des défenseurs de l'ajout de fluorures, mais elle est prouvée par le fait que quelques 60 médicaments de la psychopharmacie en renferment comme composant le plus essentiel pour calmer. L'effet calmant, incitant au sommeil du préparat *Rohypnol*, par la substance active *Flunitrazepam* — vendu par la firme *Roche* — est quelque sept à dix fois plus forte que le *Diazepam*, qui est contenu, par exemple, dans le *Valium*. L'ajout de chlorure de benzofluor dans le *Flunitrazepam* en renforce certes l'effet considérablement, mais aussi fortement les effets secondaires : cela peut aller de l'hébétude, la confusion, les perturbations de la vue, la baisse de pression sanguine, les perturbations de l'estomac et de l'intestin, les syndromes de fatigue chronique, la faiblesse immunitaire et, en particulier sous l'effet de l'alcool ou des opiacées, jusqu'à conduire à des absences massives de mémoire. Ces circonstances ont fait que le médicament a été discrédité dans les années 90, alors qu'il était utilisé comme « *Date-Rape-Drog* » [drogue du viol, *ndt*], parce que les victimes d'actes répréhensibles ou de violences ne se souvenaient plus, après une absorption ignorée de *Rohypnol* par la boisson, du déroulement de l'acte perpétré sur elles. Entre temps aux USA, le médicament a été interdit et fait partie des drogues illégales.

Médecine totale contre fluor

Comment les médecins-dentistes indépendants et les scientifiques, qui se sont confrontés en détail avec le sujet du fluor, jugent-ils la situation ? Ici il existe des avis contraires. Selon la page *Internet* du *Naturheilkundlexikon*, l'utilisation des fluorures toxiques dans les crèmes dentifrices provoque l'apparition d'une fluorose sur les dents. On y lit : « Le fluorure de sodium, NaF, comme il est prescrit chaque jour à des millions de petits enfants en prophylaxie de la carie, est un grave poison, qui bloque la glycolyse et le cycle de l'acide citrique [biochimiquement plutôt appelé cycle de Krebs, *ndt*]. Étant donné que le fluor se présente en abondance dans les aliments, il n'est pas difficile de signaler le danger d'en rajouter. Il est plus efficace, dans la prophylaxie de la carie, de renoncer aux produits contenant du sucre raffiné. En outre, pour les petits enfants, la brosse à dent électrique — et même sans pâte dentifrice — est très efficace.

Le médecin en thérapie naturelle, le *Dr. med. Wlater Mauch*, Quickborn, met de plus en garde : Si vous vous lavez les dents avec un dentifrice contenant des fluorures, le fluor est absorbé par les voies lymphatiques de la muqueuse buccale et conduit à la glande thyroïde. Là il déplace l'Iode de sa liaison à la thyroxine, ce qui détruit la glande thyroïde. »

Le *Zentrum der Gesundheit* à Baar/Suisse met en garde la population contre les fluorures. Il informe que de fait les fluorures sont « actifs », car ils peuvent déclencher, ou selon le cas aggraver, divers symptômes, ce qui donne l'impression qu'ils sont impuissants contre la carie. Ces symptômes ressemblent très précisément à ceux dus aux surdosages en fluorures des maladies actuelles de civilisation, comme par exemple, les allergies, maladies du cœur et de la circulation, athérosclérose, surtension, thrombose, AVC, affections du foie et des reins et du système osseux comme l'arthrose, l'ostéoporose, douleurs musculaires, des articulations, et du dos. Même des malformations chez le fœtus pourraient être déclenchées par les fluorures. Pour plus d'informations, voir www.zentrum-der-gesundheit.de/fluorid.html.

L'eau de robinet additionnée de fluor n'est pas inconditionnellement plus saine

Le chercheur bien connu en alimentation, et auteur d'ouvrages *Udo Pollmer*, signale dans *Deutschlandfunk* une étude désenchanteresse de l'*Union Européenne*, dans laquelle on prend position sur la question de savoir si l'ajout de fluor dans l'eau du robinet peut prévenir des caries. Le résultat : la commission se plaint de l'absence d'une preuve scientifique sans ambiguïté d'une protection contre les caries et elle ajoute que la prophylaxie des caries par le fluor dans l'eau du robinet n'est qu'une théorie. Les études médicales avancées sur une réduction de la fréquence des caries sont méthodiquement si insuffisantes qu'elles n'ont eu jusqu'à présent aucune signification pratique. En outre, on précise dans l'étude que dans les régions où il a été mis fin à l'ajout de fluorure dans l'eau du robinet, on n'en vint pas à une augmentation redoutée des caries, au contraire, elle diminua. La commission critique en outre l'absence d'investigations systématiques sur l'utilité ou la nocivité d'une fluoruration. Au contraire : Lorsque l'alimentation complétement est hautement enrichie en fluorure ou que l'on a recourt aux cachets de fluorure, il y aurait certes possiblement une légère augmentation de la fréquence des caries, mais manifestement aussi l'apparition de nouvelles nuisances dentaires, à savoir la fluorose. Les dents semblent alors piquetées ou brunies. Mais l'émail des dents est durablement endommagé.

Selon cette étude, la seule utilité éventuelle se trouve dans l'utilisation de la pâte dentifrice enrichie en fluor. En outre, on ne l'utilise que localement, et donc elle ne serait pas absorbée aussi profondément par l'organisme dans la même mesure où elle l'est par l'eau de boisson, par exemple, ou le sel fluoré.

Réorganisation de l'alimentation au lieu de fluoration

En Allemagne, par habitant, on consomme environ 35 kg de sucre par an ! Chaque médecin et dentiste sait que le sucre est l'ennemi numéro 1, principalement responsable des caries et de nombreuses autres maladies. C'est pourquoi les chercheurs étaient en quête, aussi pour le compte de l'industrie sucrière, d'un remède contre les caries qui fût censé en protéger activement les dents, sans devoir réduire la jouissance du sucre. Ils en vinrent au fluor, qui est censé durcir la surface externe des dents, afin de lutter contre la déminéralisation, et donc la décalcification conditionnée par le milieu acide, de l'émail. Le traitement local par le fluor sur la dentine (émail dentaire) est censé y contribuer, outre par les mesures du dentiste, avec du sel, l'eau de boisson, des gels et des solutions de rinçage buccal enrichis en fluor.

La mince surface des dents, à brève échéance adhésive, est en tout cas si mince qu'elle ne peut pas provoquer la protection espérée, seul le dentiste y trouve un revenu en plus. Nonobstant, cela reste incontestable : le sucre industriel raffiné est l'ennemi numéro 1 et provoque, outre de nombreuses autres maladies, des caries — et manifestement, le fluor ne peut rien gagner contre. On doit donc utiliser un autre levier, pour venir à bout de la maladie de civilisation que représentent les « caries ».

Natur & Heilen n°2/2012

(Traduction Daniel Kmiecik)