

# Auch Nebenwirkungen

„Schilddrüsenknoten oft spät entdeckt“ hieß es auf der Sonderseite Gesundheit; dazu meldet sich Leni Reuters aus Linnich zu Wort:

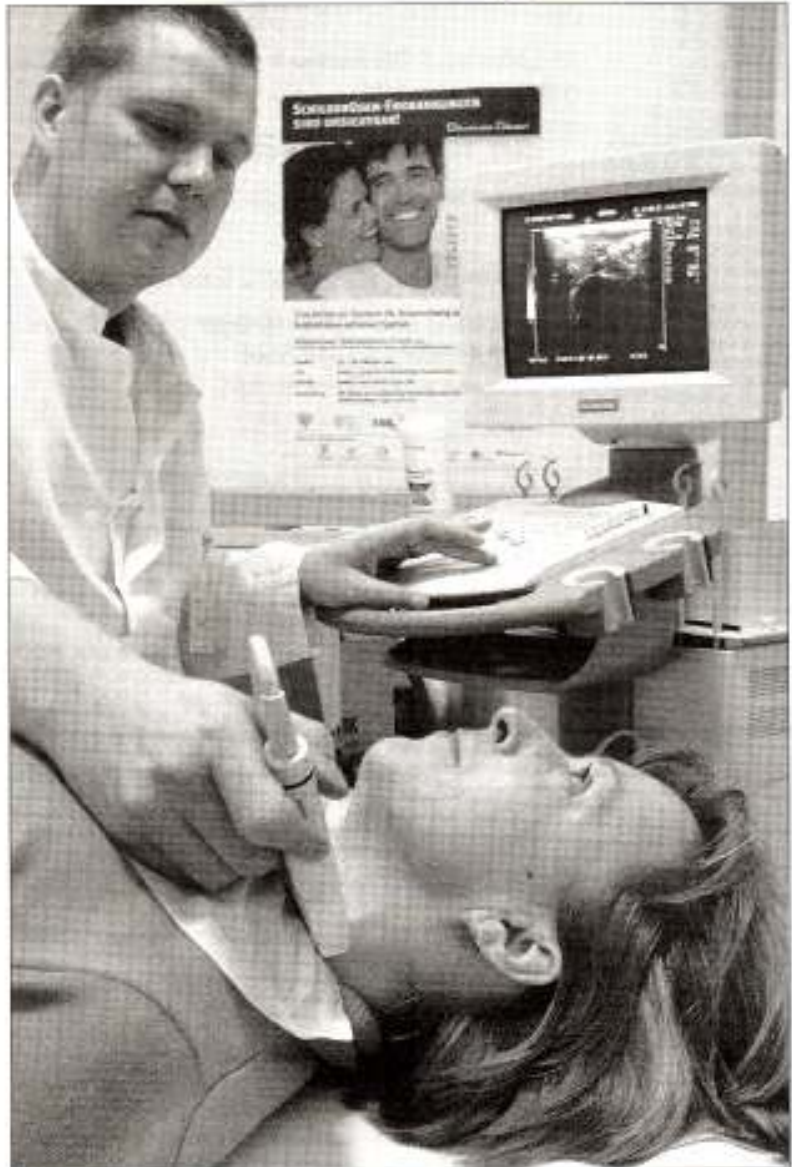
Es wird ausgeführt, dass zu wenig Jod im Essen zur Bildung von Schilddrüsenknoten führen kann. Im Referat „Jodsalzprophylaxe und Therapie der Struma? Stirbt das Knotenstruma aus?“ (Wiesbadener Schilddrüsen-Symposium 2004) weist Prof. K.-M. Derwahl jedoch darauf hin, dass die Entstehung von Schilddrüsenknoten nicht mit der Jodaufnahme über die Nahrung in Zusammenhang steht. Dies belegen auch Reihenuntersuchungen aus dem Jahre 1993 und 2002. Danach haben die Schilddrüsenknoten seit Beginn der flächendeckenden Lebensmitteljodierung sogar zugenommen. Ohne Zweifel steht fest, dass eine ausreichende Jodversorgung gewährleistet sein muss.

Warum aber werden oft falsche Behauptungen und Halbwahrheiten verbreitet, wenn es um die Zusammenhänge zwischen Jod und Schilddrüse geht. Eine Zwischenüberschrift im Artikel lautet z.B. „Zu wenig Jod im Essen“. Dies ist heute in Deutschland, auch nach Kriterien der Weltgesundheitsorganisation, nicht der Fall.

Hierzulande sind seit 1993 fast alle Lebensmittel mit zusätzlichem Jod versetzt: Die Tiere bekommen jodiertes Zusatzfutter, und somit enthalten Fleisch, Milch, Käse, Joghurt, Butter reichlich Jod. Milch und Eier sind besonders jodhaltig, und alles ohne Deklaration.

Dann heißt es „Deutschland gilt als klassisches Jodmangelgebiet. Schuld daran ist die Eiszeit“. Die muss für den angeblichen Jodmangel immer wieder herhalten, was nie belegt wurde und Geologen als Quatsch bezeichnen.

Warum liest und hört man nie, dass Jod auch Nebenwirkungen haben kann? Warum wird über die häufigste Autoimmunerkrankung Hashimoto Thyreoiditis (immerhin acht Millionen Betroffene,



„Zu wenig Jod im Essen?“ Dies ist heute in Deutschland, nach Kriterien der Weltgesundheitsorganisation, nicht der Fall. Foto: Archiv

davon 90 Prozent Frauen), die durch Jod ausgelöst werden kann, nie berichtet? Der Anstieg der Autoimmunerkrankungen Hashimoto und Basedow bedingt durch die Lebensmitteljodierung ist durch Untersuchungen belegt und den Verantwortlichen bewusst.

Im Artikel fehlt außerdem der Hinweis, dass bei autoimmunbedingten Schilddrüsenkrankheiten Jod zu meiden ist. Der Prozess

wird sonst verstärkt, die Krankheit kann sich verschlimmern.

Jod ist ein Medikament und gehört nicht in Lebensmittel und nicht ins Tierfutter! Zumindest kann man erwarten, dass Jodzusätze in Lebensmitteln deklarationspflichtig sind. Weitere Informationen zur Lebensmitteljodierung mit Links zu den angegebenen Quellen sind auf der Website <http://hl-reuters.de> zu finden.