



Expositionsquellen

- **Aluminium:** Lebensmittelzusatzstoffe, Kosmetika (Deodorantien), Wasserfilter, Dentalzemente, Tonerstaub, Adjuvanz in Impfstoffen, aluminiumhaltiges Kochgeschirr, Konserven- und Getränkedosen, Tetrapaks
- **Antimon:** PET-Flaschen, Dentalzemente, Kosmetika, Tonerstaub, Autoabgase, Luftbelastung in Schießständen
- **Arsen:** Fisch, Meeresfrüchte, Meeresalgen, Müllverbrennung
- **Barium:** Tattoofarben, Trinkwasser, Kontrastmittel in Medizin und Zahnmedizin
- **Beryllium:** Staubpartikel aus Industrie und Kohlekraftwerken, Müllverbrennung
- **Bismut:** Kosmetika, Pharmaka zur Behandlung einer Helicobacter-pylori-Infektion (Quadruple-Therapie)
- **Blei:** Trinkwasser, Waldpilze, Innereien, Muscheln, Staub, Tabakrauch, Keramikgeschirr, Müllverbrennung
- **Bor:** Waschmittel, Kunstdünger, belastetes Trinkwasser, Holzschutzmittel
- **Cadmium:** Tabakrauch, Gemüse, Waldpilze, Schalentiere, Innereien, industrieller Phosphatdünger, zahntechnische Lote, Tattoofarben
- **Cäsium:** Waldpilze, Wild
- **Cer:** Glaspolituren, Energiesparlampen, Benzinindustrie, NEM-Legierungen
- **Chrom:** Modeschmuck, Endoprothesen, NEM-Legierungen, zahntechnische Lote, Tattoofarben, Leder, Besteck, Entwicklerfarbstoff in der Farbfotographie, Müllverbrennung
- **Eisen:** Eisenüberladung durch Störungen des Eisenstoffwechsels, Überdosierung von Eisenpräparaten
- **Gadolinium:** Kontrastmittel bei MRT-Untersuchungen, belastetes Trink- und Grundwasser
- **Gallium:** Dentallegierungen
- **Gold:** Dentallegierungen, Schmuck, Arzneimittel, Ziervergoldungen (Brillengestelle, Porzellan, Glas), Farben, Lebensmittelzusatzstoff E175 in Süßigkeiten, Haarfärbemittel, Cremes, Deos, Kosmetika



Expositionsquellen

- **Indium:** Dentallegierungen, Lötzinn, Schmuck, Glasfarbe, Spiegel, Radionuklide in der Medizin
- **Iridium:** Dentallegierungen, Injektionsnadeln, chirurgische Instrumente, Schmuck
- **Kobalt:** Endoprothesen, Modeschmuck, Besteck, Bleich- und Färbemittel für Haare, Kunstdünger, NEM-Legierungen, zahntechnische Lote, Blaupigmente im Geschirr, Tattoofarben, Tonerstaub
- **Kupfer:** Braukessel, Lötdämpfe, Dentallegierungen, Trinkwasser aus Kupferleitungen, Intrauterinpressare (Spirale), Pigmente
- **Mangan:** Schweißarbeiten, Kaffee, NEM-Legierungen, zahntechnische Lote
- **Molybdän:** Endoprothesen, NEM-Legierungen
- **Nickel:** Nüsse, Bananen, Kaffee, Kakao, Schokolade, Trinkwasser (v.a. wenn in Armaturen abgestanden), Dentalwerkstoffe, zahntechnische Lote, Endoprothesen, Modeschmuck, Piercing, Tattoofarben, Kosmetika, Textilfarben, Besteck, Töpfe, Kaffeemaschinen, Industrieemissionen, Tabakrauch, Tonerstaub
- **Palladium:** Dentallegierungen, Schmuck, Farbstoffe, Piercing
- **Platin:** Schmuck, Dentallegierungen, Zytostatika



Expositionsquellen

- **Quecksilber:** Amalgam, Fisch, Meeresfrüchte, Energiesparlampen, Neonröhren, Kontaktlinsenreiniger
- **Silber:** Schmuck, Amalgam und andere Dentallegierungen, Trinkwasserfilter, Antiseptika, Fotoentwickler, Textilien, Kosmetika
- **Strontium:** Trinkwasser, Getreide
- **Thallium:** Emissionen aus Kohlekraftwerken, Insektizid
- **Titan:** Kosmetika, Färbung von Arznei- und Nahrungsergänzungsmitteln, Endoprothesen, Zahnersatz (Titanimplantate)
- **Uran:** Trinkwasser, Mineral- und Heilwasser, Gemüse, Getreide, Fisch
- **Vanadium:** Dentalwerkstoffe, Farbstoffherstellung
- **Zink:** Dentallegierungen und -zemente, Tonerstaub
- **Zinn:** Konservendosen, Modeschmuck, Amalgam und andere Dentallegierungen, Dentalzemente, Zahnpflegemittel (Zinnfluorid), Anstrichfarben, Tonerstaub
- **Zirkonium:** Deodorantien, Zahnersatz



Welche Symptome kann eine Schwermetall-Belastung auslösen?

Die Symptome sind leider sehr unspezifisch, so dass man fast bei jedem Krankheitsbild an eine Schwermetallbelastung denken muss – wie z.B.

- Muskel- und Gelenksschmerzen
- Schilddrüse Erkrankungen
- Ekzeme
- Magen-Darmbeschwerden
- Autoimmunerkrankungen
- Infektionen
- Demenz
- Parkinson
- Müdigkeit
- Schwindel
- Kopfschmerzen
- Migräne
- Schlaflosigkeit
- Konzentration Störungen
- Parodontitis
- Depressionen
- Neurodermitis
- Bettnässen
- Leichte Behinderung
- Schleimhaut Reaktionen
- Zum Beispiel eine chronischer subtoxischer Arsenbelastung erhöht das Risiko an
 - Karzinome (vor allem haut, Lunge, Mamma)
 - Herz-Kreislauf-Erkrankungen
 - Diabetes Typ 2
 - Neurologische Effekte