

Bor (B) - Überschuss

Mögliche Ursachen:

- Düngemittel
- Reinigungsmittel
- Borax (Natriumtetraborat)
- Borhaltige Augentropfen (enthalten Borsäure als Konservierungsmittel)
- Borwasser (zur Wundbehandlung)
- erhöhter Konsum borhaltiger Nahrungsmittel (z.B. Tomaten, Äpfel, Soja, Birnen, Nüsse, Pflaumen, Rosinen, Datteln, Rotwein)
- Schwermetallbelastungen

Mögliche Folgen (chronische Vergiftung):

- Hemmung von Enzymaktivitäten
- Magen-Darm-Entzündung (Übelkeit, Erbrechen, Durchfall)
- Gewichtsverlust
- Anämien
- Schädigung der inneren Organe (Leber, Niere, Lunge)
- Nervenentzündung
- Knochenstrukturprobleme
- erhöhter Verlust von Vitamin B6
- Verwirrtheit, Benommenheit
- Depressionen
- Schuppende Entzündung der Haut mit Juckreiz
- vermehrter Haarausfall
- Wassereinlagerungen im gesamten Körper

Massnahmen:

- Ursachen erkennen und soweit wie möglich ausschalten (Expositionsprophylaxe)
- Einnahme von Vitamin B2, Vitamin B6, Magnesium, Calcium, Phosphor
- Schwermetallentgiftung

Literatur:

- Wenzel, K.G.: Spurenelemente – Ihre theoretische und praktische Bedeutung in der Medizin, einschliesslich Laboruntersuchungen wie Haarmineralanalysen. 1999
- Brauner, D. / Ladefoged, F.: Krankmacher Schwermetalle, Ariston Verlag 1991
- <http://www.naturepower.ch/2498.html>
- Townsendletter for Doctors & Patients Nov. 1997 by E. Blaurock-Busch PhD
- Burgerstein, U.P./Zimmermann, M./ Schurgast, H.: Burgersteins Handbuch Nährstoffe, Haug-Verlag