

## AMALGAMSANERING

Vem har nytta av en amalgamsanering? I princip nästan alla! Men man bör dela upp personerna i två kategorier eftersom de bör sanera på litet olika sätt.

**Kategori 1** är friska personer som vill tillämpa en profylaktisk livsstil. Eftersom kvicksilver (Hg) är ett av våra mest toxiska ämnen innebär det alltid en påfrestning på kroppen att implantera det i munhålan, speciellt i närvaro av andra metaller. Då saliven utgör en utmärkt elektrolyt blir avgången av Hg-joner från fyllningarna stor med vandring ut i kroppens alla vävnader. Där inaktiverar det olika enzymer och hormoner m.fl. skadeverkningar.

Även om man mår bra som relativt ung ska man vara medveten om att två saker förändras med tiden. Det ena är att allt mer kvicksilver och andra toxiner inlagras i vävnaderna med tiden och det andra är att kroppens försvar, avgiftnings- och antioxidantförsvar, försämras med åren. Den dag då balansen rubbats åt fel håll, dvs angreppsfaktorerna dominerar över försvaret, den dagen börjar symptomen komma. Det är inte säkert att man då inser vad orsaken är och en skolmedicinsk undersökning kommer inte att hitta den heller. Därför är det klokt att ha eliminerat den toxinkälla som kvicksilver utgör i tid. För vissa yrkeskategorier är en sanering särskilt angelägen t.ex. för dem som arbetar mycket framför datorer. Att vara omgiven av elektromagnetiska fält innebär nämligen ökad jonvandring från tändernas metallfyllningar.

**Kategori 2** är personer som lider av olika symptom som de inte hittar orsaken till. Hur många av dessa symptom som orsakas av amalgamet kan man inte veta, men den kliniska erfarenheten visar att väldigt många olika symptom ofta försvinner efter en sanering. Här får man arbeta enligt balansprincipen, alltså reducera angreppsfaktorerna och öka försvaret. Ju sjukare man är desto viktigare är det att få bort amalgamet. Men – och detta är mycket viktigt – man måste öka försvaret innan man ger sig på amalgamavlägsandet. Ty hur försiktig tandläkaren än är, innebär den minsta borrhning i amalgam att påfrestningen på kroppens organ ökar med försämring av olika symptom som vanlig följd. Är inte kroppen då försedd med alla de näringsämnen som behövs för att klara av nedbrytningen och utsöndringen av de toxiska produkter som bildas, kan man bli riktigt sjuk under kortare eller längre tid och ibland till och med irreversibelt. För riktigt gamla personer avråder vi från amalgamsanering eftersom avgiftningskapaciteten oftast är så starkt nedsatt att personerna aldrig hinner återhämta sig efter saneringen så pass att de kan börja njuta av en friskare ålderdom.

### Förbehandling.

Eftersom en amalgamsanering tär hårt på avgiftningsorganen bör man förbereda sig genom att optimera deras funktion. Det gör man med hjälp av en näringsrik kost och intag av vissa kosttillskott. Man kan utgå från ett multivitamin-mineralpreparat och komplettera det med extra magnesium, selen, C-vitamin och D-vitamin. Det bör innehålla alla mineraler,

eftersom Hg inaktiverar enzymer genom att knuffa undan de mineraler som behövs för deras funktion. Det krävs alltså mycket mineraler för att bygga nya enzymer. Alla mineraler och spårämnen ska ingå för att undvika obalanser. Det ska helst inte ingå färgämnen, smakämnen eller andra kemikalier. Lämpliga dagsdoser kan vara: selen 200 µg, magnesium 300 mg, C-vitamin 1 g, D-vitamin 3000 I.E. Dessa tillskott bör intas minst en månad före saneringen.

Beträffande kategori 2-patienter rekommenderas en mer individualiserad näringsterapi som bygger på analys av funktionen hos olika organ. Hjälpt kan fås av antingen läkare med specialitet ortomolekylär eller integrerad medicin eller av KAM-ansluten näringsterapeut. (Kommittén för Alternativ Medicin). För dessa patienter kan förbehandlingen ibland handla om år. Här gäller det ofta att även hitta andra medverkande orsaker, såsom överkänslighetsreaktioner eller dolda infektioner. Det är oftast många samverkande faktorer som ger symptomen.

### **Antioxidantskydd vid saneringen**

En amalgamsanering ska aldrig utföras utan samtidigt antioxidantintag för att neutralisera de fria radikaler som bildas vid saneringen. Ett annat viktigt tillskott som bör tas under saneringstiden är Chlorella alger. När Hg och andra tungmetaller utsöndras via tarmen måste de bindas vid metallbindande ämnen för att undvika att de återcirkulerar via tarmväggen in i blodomloppet. Chlorella är en utmärkt metallbindare och innehåller dessutom rikligt med vitaminer och aminosyror. Algen ska vara odlad i bassäng ty annars har den redan absorberat tungmetaller från växtplatsen.

Hälsokostaffärer säljer lämpliga antioxidantpreparat. I samband med varje saneringstillfälle bör man få i sig ca 4000 mg C-vitamin, 400 µg selen med E-vitamin och gärna ökad mängd B-vitaminer och Mariatistel, vilka stärker leverns avgiftande funktion. Dessa tillskott bör man fortsätta med under minst en vecka efter behandlingen. Det är en fördel om patienten tar 3-6 cl alkohol en halv till en timme före behandlingen för att inte låsa in frisatt Hg-ånga i cellerna. Helst bör patienten befinna sig i ett lätt alkoholorus även under resten av dagen. För att binda det Hg som så småningom hamnar i tarmen kan man inta 6 koltabletter efter behandlingen. Chlorellaalger har samma funktion och öka gärna mängden av dem under nästföljande vecka.

En faktor som vi vill betona starkt är att inte ha för korta intervall mellan saneringstillfällena. Man bör börja med en liten fyllning och därefter vara uppmärksam på kroppens reaktioner under påföljande dagar. Ökar de befintliga symptomen eller tillkommer nya symptom eller bryter en förkylning ut? De flesta reaktioner inträffar på den andra dagen efter tandläkarbesöket, men variationerna kan vara stora. Nästa saneringsbesök får inte ske förrän försämringen försvunnit. Vanligt intervall är 5-6 veckor, men för enskilda patienter kan det handla om flera månader. Struntar man i försämringen och går vidare kan manifesta

sjukdomar bli resultatet. En del sjuka patienter kan behöva använda kortison under en vecka i samband med varje saneringstillfälle.

### **Amalgamsaneringen**

Det är få tandläkare som har kunskap om hur en amalgamsanering ska gå till för att skydda patienten så mycket som möjligt. Därför bör man fråga sin tandläkare om hur han/hon har tänkt gå tillväga. Är man sjuk rekommenderar vi att man söker en tandläkare som är van vid att sanera. Tandvårdsskadeförbundet kan informera om lämpliga namn. Här följer de rekommendationer som vi ger.

- Före första saneringstillfället bör man testa det material som planeras att användas som ersättning för amalgamet. Vid detta tillfälle ska ingen annan behandling göras för att vara säker på att en eventuell reaktion beror på testmaterialet. Kompositer kan lätt etsas fast vid en tand och övriga material får läggas under tungan. En eventuell reaktion kommer inom en vecka och kan vara såväl i munhålan som i kroppen i övrigt. Reagerar patienten på ett komposit kan man testa andra, eftersom reaktionen ofta är på färgämnen, vilka varierar. Alla metaller ska undvikas! Observera att även implantat finns i zirkoniumoxid-keramik.
- Använd högvolymsug med Cleanup-munstycke och/eller kofferdam runt den tand som ska behandlas. Patientens näsa ska täckas av kolfibermask för att förhindra inandning av Hg-ånga eller ännu bättre är om utrustningen försetts med ett tryckluftsuttag med friskluft för anslutning av masker till både patient och personal.
- Borra med skarpa fissurborr med riklig kylning. Borra så lite som möjligt i amalgam och försök ta bort fyllningen i stora bitar. Allt amalgam måste tas bort.
- Avlägsna alla metaller såsom screwposts, stift och pins. Tänk på att det ofta finns amalgam under gamla guld kronor.
- När urborrningen är avslutad ska patienten skölja munnen noga.
- Om tandläkaren är avogt inställd till amalgamsanering är det bäst att gå till någon annan, som är villig att skaffa sig den kunskap som är nödvändig för att utföra en god sanering. Bäst skaffar man sig den via [www.iaomt.org](http://www.iaomt.org)

Om man reagerar kraftigt vid borringen i amalgamet finns det ett sätt att komma lindrigare undan, nämligen att sanera under skydd av C-vitamininfusion. Då kan man ta många fyllningar samtidigt, vilket också är en fördel om man har långt till sin tandläkare. Nackdelen är att det är svårt att hitta en läkare som vill skriva ut C-vitaminet, eftersom det är en

behandling som inte är testad och alltså inte rekommenderad inom skolmedicinen. Lika svårt är det att hitta en tandläkare som har de tillbehör som krävs.

### **Efter saneringen**

När saneringen är klar mår de flesta redan bättre men inte alla. Visserligen är amalgamet borta men nu ska allt Hg som läckt ut till kroppens celler avgiftas och utsöndras. När det hamnar i blodet kan det ge symptom. Man får alltså räkna med lite berg-och-dalbana i symptombilden, men långsamt minskar symptomen speciellt under första året, men ofta under längre tid. Stor betydelse för hur snabbt tillfrisknandet går är hur väl man lyckas hålla en näringsrik kost, en avstressad livsstil och fortsätter med sina kosttillskott.

Karin Öckert