Fluorid im Trinkwasser: Keine negativen Effekte für Neugeborene

geschrieben von Redakteur | Januar 21, 2026



Eine große Auswertung zeigt: Studie findet keine Hinweise auf Risiken rund um Geburt und Schwangerschaft

Fluorid ist für viele Eltern und Erzieherinnen ein sensibles Thema. Es steckt in Zahnpasta, Speisesalz – und in einigen Ländern auch im Trinkwasser. Immer wieder taucht die Sorge auf, Fluorid könne ungeborenen oder neugeborenen Kindern schaden. Eine umfangreiche internationale Untersuchung mit Beteiligung der Universität Basel gibt nun Entwarnung.

Warum Fluorid überhaupt eingesetzt wird

Fluorid stärkt den Zahnschmelz, repariert frühe Schäden und schützt wirksam vor Karies. Besonders Kinder profitieren davon, da Karies zu den häufigsten chronischen Erkrankungen im Kindesalter zählt. In der Schweiz wird Fluorid seit den

1980er-Jahren vor allem über fluoridiertes Speisesalz aufgenommen. In den USA hingegen ist es üblich, Trinkwasser mit Fluorid anzureichern – eine Maßnahme, die mehr als 60 Prozent der Bevölkerung erreicht.

Große Datenbasis, klares Ergebnis

Ein internationales Forschungsteam hat Daten von rund 11,5 Millionen Geburten in den USA ausgewertet. Untersucht wurde, ob Fluorid im Trinkwasser mit einem niedrigeren Geburtsgewicht, einer kürzeren Schwangerschaft oder einem erhöhten Risiko für Frühgeburten zusammenhängt.

Das Ergebnis: Es fanden sich keine negativen Effekte. Weder das durchschnittliche Geburtsgewicht noch die Dauer der Schwangerschaft oder die Frühgeburtenrate unterschieden sich in Regionen mit fluoridiertem Trinkwasser von jenen ohne diese Maßnahme. Die Ergebnisse wurden im renommierten Fachjournal JAMA Network Open veröffentlicht.

Kariesprävention mit Fluorid schadet nicht

Das Geburtsgewicht gilt als verlässlicher Indikator für die Gesundheit von Neugeborenen. Dass hier keine Unterschiede festgestellt wurden, spricht dafür, dass Fluorid im Trinkwasser während der Schwangerschaft keine messbaren Risiken birgt. Für Eltern und pädagogische Fachkräfte bedeutet das: Die bewährte Kariesprävention steht nicht im Widerspruch zur Gesundheit von Babys.

Fluorid bleibt ein zentraler Baustein der Zahngesundheit – auch aus Sicht der frühen Entwicklung. Die aktuellen Erkenntnisse zeigen, dass Eltern ihr Neugeborenes nicht gefährden, wenn Fluorid im Rahmen öffentlicher Präventionsmaßnahmen eingesetzt wird. Für Kitas, Familienzentren und Elternhäuser gilt damit weiterhin:

Regelmäßige Zahnpflege und sinnvolle Prävention sind wichtig – und nach aktuellem Wissensstand sicher.

Mehr dazu finden Sie auf dem Wissenschaftsportal JAMA Network