Fluoridgehalt in Mineralwasser

Natürliche Mineralwässer tragen in Deutschland mehr als bisher angenommen zur Fluoridaufnahme der Kinder bei. Daher muss der Fluoridgehalt des konsumierten Mineralwassers in der individuellen Fluoridanamnese berücksichtigt werden und in die Entscheidung, ob und welche Fluoridsupplemente empfohlen werden, einfließen.

Eine Studie von Schulte et al. (1995) zeigte, dass auch bei Kindern ohne Fluoridsupplementation eine hohe Fluoridkonzentration im Urin nachgewiesen werden konnte. Anamnestisch wurde festgestellt, dass eine Reihe dieser Kinder regelmäßig natürliches Mineralwasser mit einem relativ hohen Fluoridgehalt (0,5-1,5 mg Fluorid/I) getrunken hatten.

Nach den Empfehlungen wird **Säuglingsnahrung** grundsätzlich mit abgekochtem Trinkwasser zubereitet. Steht dieses nicht in der erforderlichen Qualität zur Verfügung, wie z.B. in Gemeinden mit einer Nitratkonzentration im Trinkwasser über 50 mg Nitrat/I oder auf Reisen, ist es empfehlenswert, auf natürliches Mineralwasser zurückzugreifen.

Wird ein natürliches Mineralwasser mit der Angabe "zur Zubereitung von Säuglingsnahrung geeignet" ausgelobt, darf laut der Mineral- und Tafelwasserverordnung vom 3. März 2003 der Gehalt an bestimmten Inhaltsstoffen folgende Werte nicht überschreiten:

- 20 mg Natrium/I
- 10 mg Nitrat/I
- 0,02 mg Nitrit/I
- 0,7 mg Fluorid/I
- 240 mg Sulfat/I
- 0,05 mg Mangan/l
- 0,005 mg Arsen/I
- 125 mg Bq/I Radium-226
- 20 mBq/I Radium 228

Der Fluoridgehalt eines natürlichen Mineralwassers muss nach geltender Gesetzeslage nicht generell deklariert werden. Deshalb wird nur bei den wenigsten Mineralwässern der Fluoridgehalt auf dem Etikett angegeben.

Bisher sieht das deutsche Recht eine freiwillige Kennzeichnung "fluoridhaltig" ab 1,0 mg/l Fluorid sowie eine obligatorische Kennzeichnung "fluoridhaltig" ab 1,5 mg/l Fluorid vor; ab 5,0 mg/l Fluorid ist ein Warnhinweis auf dem Etikett anzubringen, dass dieses Mineralwasser wegen des erhöhten Fluoridgehaltes nur in begrenzten Mengen verzehrt werden darf.

Die Richtlinie 2003/40/EG vom 16. Mai 2003 — eine Ergänzungs-Richtlinie zur Mineralwasser- Richtlinie — sieht ab 1. Juli 2004 bei Mineralwässern mit mehr als 1,5 mg/l Fluorid folgende Deklaration vor:

"Enthält mehr als 1,5 mg/1 Fluorid: Für Säuglinge und Kinder unter 7 Jahren nicht zum regelmäßigen Verzehr geeignet"

Die Richtlinie und damit diese Deklaration hätte bis Ende 2003 in nationales Recht umgesetzt werden müssen; dies ist bisher (Stand 30. März 2004) noch nicht geschehen.

Durch diesen Hinweis wird das Risiko einer Überdosierung - die Entstehung einer milden Dentalfluorose bei Kindern unter 7 Jahren - durch die Kombination fluoridhaltiger Mineralwässer (über 1,5 mg/l Fluorid, Kategorie 4) mit Fluoridtabletteinnahme, bzw. Verschlucken von Zahnpasta minimiert.

Angelehnt an die Empfehlungen der DGZMK ist Mineralwasser in dieser Liste in folgende Bereiche eingeteilt worden:

0 - 0,29 mg Fluorid/I I
 0,3 - 0,69 mg Fluorid/I II
 0,7 - 1,50 mg Fluorid/I III
 über 1,50 mg Fluorid/I IV

Praktische Hinweise zur Anamnese Beurteilung des Mineralwassers

| 0 | - | 0,29 mg Fluorid/l | | muss berücksichtigt werden |
|------|---|-------------------|-----|--------------------------------|
| 0,3 | - | 0,69 mg Fluorid/l | Ш | muss berücksichtigt werden |
| 0,7 | - | 1,50 mg Fluorid/l | III | keine Supplemente nötig |
| über | | 1,50 mg Fluorid/l | IV | Achtung: Überdosierung möglich |

Zur individuellen Fluoridanamnese ist es dringend also erforderlich, den Fluoridgehalt der Mineralwässer zu kennen. Im Rahmen dieser Übersichtsarbeit wurden die **Fluoridgehalte von über 400 natürlichen Mineralwässern** zusammengestellt.

Die Liste führt natürliche Mineralwässer sowie einige Heilwässer, aber keine Quell- und Tafelwässer auf. Nicht alle Brunnen- / Abfüllorte der Mineralwässer werden genannt werden, weil sie den Autoren nicht vorlagen.

Die Abweichungen in der Fluoridkonzentration verschiedener Chargen desselben natürlichen Mineralwassers, die in mehrmonatigen Abständen gekauft wurden, waren sehr gering, d.h. die Fluoridgehalte sind recht stabil.

Anmerkung:

Die Fluoridgehalte der Mineralwässer der nachfolgenden Liste beruhen auf Daten aus Veröffentlichungen sowie Herstellerangaben und erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.

| Mineralwasser | Brunnen/Abfüllort | Fluoridgehalt mg/l |
|--|--|--------------------|
| 1-2-3 Mineralbrunnen | Leisslinger Mineralbrunnen | 0,53 |
| Aachener Kaiserbrunnen | Aachener Thermalwasser Kaiserbrunnen | 4,00 |
| Abenstaler Mineralwasser | Brauerei Horneck | 0,20 |
| Adelheidquelle | Bad Überkingen | 0,70 |
| Adelholzner | Adelholzener Alpenquelle | 0,22 |
| Adldorfer | | 0,20 |
| Alaska | Mineralbrunnen Rhön Sprudel | 0,34 |
| Albertquelle | Bad Mergentheimer GMBH | 0,52 |
| Albertus-Quelle | Albertus Mineralbrunnen | 0,08 |
| Alexanderquelle | Bad Niedernauer Brunnen-Union | 2,69 |
| Allegra | Passuger Heilquellen | 0,05 |
| Alstertaler | Alstertaler Mineralbrunnen | 0,12 |
| Alt Bürgerbrunn | Union-Getränke | 0,16 |
| Altmühltaler | Altmühltaler Heilquellen | 0,50 |
| Alwa | ALWA Mineralbrunnen | 0,19 |
| Apollinaris | Apollinaris und Schweppes | 0,68 |
| Aqua Star | Bad Nauheimer | 0,43 |
| Aquella-Mineralquelle | Aquella Getränke Heimdienst | 0,14 |
| Aquintus | RheinfelsQuellen | 0,54 |
| Ardey Quelle | | 0,50 |
| Arienheller Premium | Artus Mineralquellen | 0,45 |
| Arkia | Astra Quelle | 0,50 |
| Aspacher Klosterquelle | Aspacher Mineralbrunnen | 0,26 |
| Assindia | Assindia | 0,15 |
| Astra-Quelle | Astra Quelle | 2,70 |
| Auburg Quelle | Auburg Quelle | 0,13 |
| Auburg Urquelle | Auburg Quelle | 0,13 |
| Augusta-Victoria-Quelle | Selters Mineralquelle | 0,60 |
| Avanus | Avanus Mineralbrunnen | 0,18 |
| Azur Mineralwasser | Bad Vilbel | 0,31 |
| Bad Brambacher Mineralquelle | Bad Brambach | 0,54 |
| Bad Brückenauer | Staatlicher Mineralbrunnen Bad Brückenau | 0,30 |
| Bad Camberger Taunusquelle | Oberselters Mineral- und Heilquellen | 0,60 |
| Bad Driburger Mineralbrunnen | Bad Driburger | 0,80 |
| Bad Dürrheimer Johannisquelle | Bad Dürrheimer Mineralbrunnen | 0,62 |
| Bad Dürrheimer Kristall Weissenberger-Quelle | Bad Dürrheimer Mineralbrunnen | 0,71 |
| Bad Harzburger Juliushaller Mineralbrunnen | Bad Harzburger Mineralbrunnen | 0,82 |
| Bad Harzburger Urquell natriumarm | Bad Harzburger Mineralbrunnen | 0,10 |
| Bad Hersfelder Lullusbrunnen | Naturquellen Bad Hersfeld | 2,66 |
| Bad Kissinger Quelle Classic und Medium | Franken Brunnen | 0,10 |
| Bad Kissinger Theresienquelle | Franken Mineralbrunnen | 0,70 |
| Bad Liebenwerda | Mineralquellen Bad Liebenwerda | 0,70 |
| Bad Liebenwerda Bad Liebenzeller Medium | Bad Liebenzeller Mineralbrunnen | 2,20 |
| Bad Liebenzeller Natürliches Mineralwasser | Bad Liebenzeller Mineralbrunnen Bad Liebenzeller Mineralbrunnen | 2,20 |
| | Dau Liebenzellei Millieralbruillieli | * |
| Bad Nieratz Quelle | Pad Dymontov Minoral and Uniterial | 0,20 |
| Bad Pyrmonter Classic | Bad P rmonter Mineral and Heilquellen | 0,04 |
| Bad Pyrmonter medium | Bad P rmonter Mineral-und Heilquellen | 0,04 |
| Bad Salzschlirfer Mineralbrunnen | Retzmann Brunnen | 0,30 |
| Bad Vilbeler Hermanns Quelle | Bad Vilbeler Hermanns-Quelle | 0,64 |
| Bad Vilbeler UrQuelle | Bad Vilbel | 0,44 |

| Mineralwasser | Brunnen/Abfüllort | Fluoridgehalt mg/l |
|---------------------------------|---------------------------------------|--------------------|
| Bad Wildunger Helenenquelle | Hess. Staatsbad Bad Wildungen | 0,13 |
| Bad Wildunger Reinhardsquelle | Hess. Staatsbad Bad Wildungen | 0,18 |
| Bad Windsheimer Residenz-Quelle | Bad Windsheimer Heil-u. Mineralquelle | 0,25 |
| Bayern Quelle | Kondrauer Mineral- und Heilbrunnen | 0,27 |
| Bellaris | Bellheimer Privatbrauerei | 0,10 |
| Berg Quelle | Diamant-Quelle | 0,39 |
| Bir Bronn | Teutoburger Mineralbrunnen | 3,80 |
| Birresborner Sprudel | Birresborner Phönix S rudel | 18,00 |
| Bischofsquelle | Richard Hartinger Getränke GmbH | 0,13 |
| Brandenburger Kurfürst Quelle | Fläming Quellen | n. n. |
| Brassler Brunnthaler Brunnen | | 0,41 |
| Breisgauer | Markgräfler Mineralquelle | 0,81 |
| Brohler Classic | Brohler Mineralbrunnen | 0,01 |
| Brohler Highlight | Brohler Mineralbrunnen | 0,39 |
| Brunnthaler Brunnen | | 0,41 |
| Buchhorn Quelle | Eberstädter Mineralbrunnen | 0,33 |
| Burgbrohler | | 0,24 |
| Burg-Quelle | Plaidt | 0,30 |
| Burgwallbronn | | 0,75 |
| Burgwallbronn First Class | RheinfelsQuellen | 0,79 |
| Caldener Mineralwasser | Wilhelmstaler Mineralbrunnen | 0,27 |
| Carl von Linne | | 0,50 |
| Carolinen Quelle | Getränke Wüllner | 0,31 |
| Carolinen Urquelle | Getränke Wüllner | 0,37 |
| Cascada | Bad Winsheim | n. n. |
| Caspar-Heinrich-Quelle | | 0,20 |
| Celtic | | 0,10 |
| Centgraf-Brunnen | Hessen-Quelle | 0,40 |
| Christinen Brunnen Classic | Teutoburger Mineralbrunnen | 2,00 |
| Christinen Vital | Fläming Quellen | 1,10 |
| Contell | | 0,10 |
| Contrex | Eckes | 0,30 |
| Cora Mineralquelle | Erkrather Quellen | 0,24 |
| Dachsberg Quelle | Redinger Mineralbrunnen | 0,46 |
| Dauner Mineralwasser | Daun | 0,21 |
| Diamant Quelle | Diamant-Quelle | n. n. |
| Diedersbacher Mineralwasser | A. Dohrn & A.Timm GmbH | 0,20 |
| Diemeltaler Quelle | Heil-und Mineralquellen Germete | 0,30 |
| Dietenbronner | Brunnenverwaltung Bad Dietenbronn | 0,16 |
| Dreikönigquelle | Rheinbrohl | 0,27 |
| Durstina Brunnen | Dorsten | 0,36 |
| Eberstädter Steinberg-Quelle | Eberstädter Mineralbrunnen | 0,22 |
| Edelstaler Römerquelle | Römerquelle | 0,11 |
| Eichensteiner Mineralwasser | Eichenstein | 0,30 |
| Eichenzeller Natur-Brunnen | Förstina Sprudel | 0,46 |
| Eico Sport-Quelle | Eico-Quelle | 1,46 |
| Eifel-Quelle | Eifel-Quelle | 0,39 |
| Eltina Mineralwasser | Eberstädter Mineralbrunnen | 0,32 |
| Elisabethen Quelle | Bad Vilbel | 0,22 |
| Emsland Quelle | Emsland Getränke | 0,22 |
| Emstaler Brunnen | Oberselters Mineral- und Heilquellen | 0,30 |
| Ensinger Mineralwasser | Ensinger Mineral-Heilquellen | 0,43 |

| Mineralwasser | Brunnen/Abfüllort | Fluoridgehalt mg/l |
|--|--|--------------------|
| Evian | Euromarken Getränke | 0,02 |
| Extaler Mineralquell | Weser Gold | 0,10 |
| Eyachtal-Quelle | Eyachtal-Quellen | 0,40 |
| Felsenquelle | Heemann Mineralbrunnen | 0,40 |
| Felsensteiner Quelle | RheinfelsQuellen | 0,76 |
| Filippo | Fürstenquellen | 0,50 |
| Finkenbach Quelle classic | Finkenbach-Quelle | 0,07 |
| Finkenbach Quelle medium | Odenwald-Quelle | 0,07 |
| Finkenbachquelle | Odenwald-Quelle | 0,07 |
| Fontanis | Griesbacher Mineralquelle | 0,22 |
| Förstina Eichenzeller Naturbrunnen | Förstina Sprudel | 0,46 |
| Förstina Sprudel | Förstina-Sprudel | 1,30 |
| Fortis Mineralbrunnen | Bochum | 0,14 |
| Fortuna Quelle | Bad Nauheimer | 0,25 |
| Fortuna Quelle (Rhön) | Ehrhardt & Sohn GmbH Eichenzell-Lütter | 1,10 |
| Franken Brunnen | Franken Brunnen | 0,18 |
| Franken Brunnen a.d. Hochstein Quelle spritzig + still | Franken Brunnen | 0,12 |
| Franken Brunnen sanft aus der Silvana-Quelle | Franken Brunnen | 0,30 |
| Franken Brunnen vital aus der Theresien-Quelle | Franken Brunnen | 0,70 |
| Frauenholzer Mineralbrunnen | | 0,60 |
| Freyersbacher Mineralwasser | Bad Niedernauer Brunnen-Union | 2;40 |
| Fuldataler Mineralbrunnen | Heemann Mineralbrunnen | 0,56 |
| Fürst Bismarck Quelle | Blaue Quellen | 112,00 |
| Fürstenbrunnen | Fürstenbrunn | 0,20 |
| Fürstliche Bissinger Auerquelle | Bissingen | 0,68 |
| Gaensefurther Schlossquelle | Gaensefurther Schlossbrunnen | 0,30 |
| Gemminger Mineralquelle | Wüteria Schloßbrunnen | 0,88 |
| Germania Brunnen Aqua Star | Germania Brunnen | 0,32 |
| Germeta Quelle | Heil-und Mineralquellen Germete | 0,90 |
| Germeta Ur-Quelle | Warburg-Germete | 0,26 |
| Gerolsteiner Sprudel | Gerolsteiner Brunnen | 0,21 |
| Gerolsteiner Stille Quelle | Geroisteiner Brunnen | 0,21 |
| Gerwig-Quelle | Kondrauer Mineral- und Heilbrunnen | 1,03 |
| Glashäger | Glashäger Brunnen | 0,22 |
| Gloria | Clashage: Diamien | 0,10 |
| Glossner Mineralwasser | Brauerei F.X. Glossner | 0,80 |
| Göppinger St. Christopherus | Brunnen-Union St. Christopherus | 0,48 |
| Graf Belrein Mineralwasser | Ensinger Mineral-Heilquellen | 0,44 |
| Graf Bernhard Quelle | Löhnberg-Selters | 0,30 |
| Graf Meinhard Quelle | | 0,20 |
| Graf Metternich Brunnen | Graf Metternich-Quellen | 0,48 |
| Graf Metternich Varus-Brunnen | Graf Metternich-Quellen | 10,00 |
| Gräf. Mineralbrunnen Arco Valley | Gräf. Mineralbrunnen Arco Valley | 0,16 |
| Granus | Aachener Thermalwasser Kaiserbrunnen | 0,00 |
| Granus Sprudel | Aachener Thermalwasser Kaiserbrunnen | 0,60 |
| Griesbacher | Griesbacher Mineralquelle | 0,45 |
| GundelfingerAloisius Quelle | Bucher Mineralbrunnen | 0,43 |
| Güstrower Schlossquell | Güstrow | 0,30 |
| Haaner Felsenquelle | | 0,30 |
| · | Haaner Felsenquelle | |
| Haltern Quelle | Gelsenwasser AG | 0,02 |
| Haranni Mineralquelle | Herne | 0,64 |
| Hardenstein Brunnen | Teuteburger Mineralbrunnen | 0,50 |

| Mineralwasser | Brunnen/Abfüllort | Fluoridgehalt mg/l |
|--|---|---------------------------------------|
| Harzer Grauhof-Brunnen | Blaue Quellen | 0,16 |
| Harzer Mineralbrunnen Bad Suderode | Harzer Mineralbrunnen Bad Suderode | 0,49 |
| Hassia Sprudel | Bad Vilbel | 0,69 |
| Heerbacher Mineralbrunnen | Bernhard Büttner GmbH | 0,10 |
| Heilbronner Kronenquelle | Kronenbrauerei Halter GmbH | 0,45 |
| Heilbronner Rosenberg Mineralbrunnen | Brauerei Cluss | 1,05 |
| Heinrich Franz Brunnen | Pilsting-Großköllnbach | 0,53 |
| Helenenquelle | Richard Hartinger Getränke GmbH | 0,48 |
| Hella Mineralbrunnen | Hanse Mineralbrunnen | 0,11 |
| Hellweg Quelle | Bochum | 0,19 |
| Henniez | Henniez Quelle | 0,10 |
| Heppinger | Bad Neuenahr-Ahrweiler | 0,98 |
| Herzog-Quelle | Herzog-Mineralbrunnen | 0,22 |
| Hessen Quelle | Hessen Quelle | 0,26 |
| Hessental Ritter Bechtram Sprudel | Hessental-Quelle | 0,38 |
| Hessische Fortuna-Quelle | Fortuna Quelle | 0,30 |
| Hetaliquelle | Gelsenwasser AG | 0,30 |
| Hirschquelle | Bad Teinach-Zavelstein | 1,30 |
| Hochwald Sprudel | Hochwald Sprudel | 0,17 |
| Höllen-Quelle | Brunnenverwaltung Höllensprudel | 0,30 |
| Hubertus Sprudel | Artus Mineralquellen | 0,51 |
| Ileburger Sachsen Quelle Aktiv und Medium | Franken Brunnen | 0,24 |
| Imnauer Apollo | Mineralbrunnen Überkingen Teinach | 0,60 |
| Imnauer Fürstenquellen | Fürstenguellen | 0,50 |
| Imnauer Quelle 3 Apollo | Mineralbrunnen Apollo Quelle | 0,60 |
| Irenen Mineralquelle | Salzgitter | 0,50 |
| Irisquelle | Heemann Mineralbrunnen | 0,25 |
| Jakobus | Hanse Mineralbrunnen | 0,12 |
| Jesuitenquelle | Jesuiten-Quelle | 0,14 |
| Johannis Quell | Apollinaris und Schweppes | 0,40 |
| Johanniter Quelle | Wilhelmstaler Mineralbrunnen | 0,26 |
| Josefsquelle | Schwarzwald-Sprudel | 1,17 |
| Justus Brunnen | Eichenzell-Lütter | 1,15 |
| Juwel | Teutoburger Mineralbrunnen | 0,80 |
| K3 Mönchsbrunnen | Kronia Quelle | 0,37 |
| K3 Ritter Bechtram | Kronia Quelle H. Kroner | 0,37 |
| Kaiserbrunnen | Taona Quelle H. Mollel | 4,00 |
| Karat | Wiesenburg | 0,10 |
| Karlsquelle I | Bad Mergentheimer GmbH | 0,10 |
| Karlsquelle Brohler Classic | Dad Morgonaleliner Ombri | 0,24 |
| Kastell | Schloss-Quelle Mellis | 0,24 |
| Kellerwald | | 1,50 |
| Kimi | Zwestener Löwensprudel Biberacher Mineralbrunnen | 1,50 |
| | | 0,01 |
| Kirkeler Waldquelle | Nebgen-Mineralbrunnen | · · · · · · · · · · · · · · · · · · · |
| Kissinger Bitterwasser | Bad Kissinger Mineralbrunnen | 0,09 |
| Kisslegger Sprudel | Kißlegg | 2,10 |
| Köllertaler Sprudel | Großwald-Brauerei | 0,09 |
| Kondrauer Mineralsprudel (Bayern Quelle) | Kondrauer Mineral- und Heilbrunnen | 0,61 |
| Kondrauer Mineralsprudel (Gerwi Quelle) | Kondrau | 1,00 |
| Kondrauer Stilles Mineralwasser (Antonienquelle) | Kondrau | 1,00 |
| König Otto Sprudel | Brunnenverwaltung König Otto-Bad | 0,42 |
| König-Ludwig-Quelle | | 0,50 |

| Mineralwasser | Brunnen/Abfüllort | Fluoridgehalt mg/l |
|---|--|--------------------|
| Königsteiner-Haderheck-Quelle | | 0,10 |
| Kreuzwald Quelle | Thissen | 0,10 |
| Kronen-Quelle | Union-Getränke | 1,40 |
| Kronia-Quelle | | 0,40 |
| Kronsteiner Felsenquelle | Erkrather Quellen | 0,24 |
| Kronthal Mineralwasser | Kronberg | 0,80 |
| Krumbach | Mineralbrunnen Überkingen-Teinach AG | 0,13 |
| Kurfürst | Margon-Brunnen | 1,30 |
| Labertaler Stephanie Brunnen | | 0,10 |
| Labertaler Sebastini Mineralwasser | Schierling | 3,40 |
| Lahnfels Quelle | Biskirchener Heilquelle | 0,45 |
| Laurentius Schwarzwald Quirli | Bad Niedernauer Brunnen-Union | 2,40 |
| Leisslinger Mineralbrunnen | | 0,57 |
| Lichtenauer Mineralquelle | Mineralquellen Niederlichtenau | 0,18 |
| Lieler Schlossbrunnen | Schlossbrunnen Sattler | 0,46 |
| Linden Brunnen | Tönsmann Getränke | 3,40 |
| Lioba-Quelle | D.E.L.L. Mineralbrunnen | 2,20 |
| Lohberg | Bochum | 0,10 |
| Löwensprudel | Löwensprudel Obernau | 0,73 |
| Löwensprudel Heilwasser | Löwensprudel | 0,32 |
| Löwensteiner Mineralquelle | Teusser Mineralbrunnen | 0,14 |
| Ludwig I. Quelle | Staatlicher Mineralbrunnen Bad Brückenau | 0,40 |
| Luisenbrunnen | Luisenbrunnen | 0,23 |
| Lüttertaler | Mineralbrunnen Rhön Sprudel | 1,21 |
| Magnus Quelle | Söt un Sur Dr. Klencke, Norderstedt | 0,11 |
| Maresca | · · · · · · · · · · · · · · · · · · · | 0,17 |
| | Atlantik Erfrischungsgetränke | · · |
| Margonwasser Marian Daving on | Marian Brunnen | 0,39 |
| Marien Brunnen | Marien Brunnen | 0,44 |
| Markgräfler Mineralwasser | Schlossbrunnen Sattler | 1,20 |
| Märkisch Kristall | Brandenburgische Mineral-Quelle | 0,09 |
| Märkischer Mineralbrunnen | Berliner Kindl Brauerei | 0,20 |
| Markus Brunnen | Rheinland Mineralbrunnen | 0,27 |
| Martiny-Brunnen III, jetzt Retzmann-Brunnen | Retzmann-Brunnen | 0,32 |
| Mathilden-Quelle | Rosbach vor der Höhe | 0,06 |
| Maxbrunnen | Verwalt.d.Staatl.Bäder Bad Kissingen | 0,27 |
| Mephisto-Quelle | Aachener Thermalwasser Kaiserbrunnen | 4,50 |
| Minaqua Fürstenfelder Prinzenquelle | Coca-Cola Erfrischungsgetränke | 0,57 |
| Mineralwasser aus der Rappenquelle | Brauerei Rapp | 0,14 |
| Mönchsbrunnen | Bad Vilbel | 0,40 |
| Mozartquelle | Riegele Brauhaus | 0,07 |
| Mühringer Heilwasser | Apollo-Quellen | 0,10 |
| Mühringer Mineralwasser | Mineralbrunnen Überkingen-Teinach | 0,30 |
| Neue Otto-Quelle | Brunnenverwaltung König Otto-Bad | 0,46 |
| Neuselters Mineralquelle | Blaue Quellen | 0,50 |
| Nordquell Mineralbrunnen | Nordgetränke | 0,09 |
| Nürburg Quelle | Nürburg-Quelle | 0,31 |
| Obernauer Löwen-Sprudel | Obernauer Löwen-Sprudel | 0,34 |
| Oberselters | Oberselters Mineral-und Heilquellen | 0,60 |
| Odenwald-Quelle | Odenwald-Quelle | 0,69 |
| Oppacher Mineralquelle | Oppacher Mineralquellen | 0,14 |
| Original Zurzacher | Mineralquelle Zurzach | 3,60 |
| Original Schloss Quelle | Mineralbrunnen Schloß-Quelle Mellis | 0,11 |

| Mineralwasser | Brunnen/Abfüllort | Fluoridgehalt mg/l |
|--|---|--------------------|
| Pandur | Verwalt.d.Staatl.Bäder Bad Kissingen | 0,29 |
| Paracelsus | D.E.L.L. Mineralbrunnen | 2,20 |
| Perrier | Eckes | 0,12 |
| Peterstaler Mineralwasser | Schwarzwalderle Peterstaler Mineral u. | 3,10 |
| Prinzenburger | Fläming Quellen | n.n |
| Prinzenburger Felsenquelle | Wiesenburg/Mark | 0,10 |
| Prinzenquelle | Coca-Cola Erfrischungsgetränke | 0,57 |
| Private Quelle Grüneberg | Brandenburgische Mineral-Quelle | 0,79 |
| PurQuell | Mineralbrunnen H. Kreuter | 0,14 |
| Quelle Acht | Bornheim-Roisdorf | 0,44 |
| Radenska | | 0,60 |
| Rakoczy | Verwalt.d.Staatl.Bäder Bad Kissingen | 0,27 |
| Ramlösa | | 2,80 |
| Randegger Ottilien Quelle | Randegger Ottilien Quelle | 0,12 |
| Rangauer life | | n.n |
| Ravenna Brunnen | Marien Brunnen | 0,35 |
| Räzünser | | 0,50 |
| Redinger Dachsberg Quelle | | 0,40 |
| Redinger Mineralbrunnen | | 3,90 |
| Reginaris | Reginaris Mineral- und Heilbrunnen | 0,36 |
| Reinoldus Brunnen | Ardey Quelle | 1,15 |
| Remstaler Sprudel | Mineralbrunnen Überkingen-Teinach | 0,70 |
| Remus Mineralwasser | Brauerei J. Ruhland | 0,09 |
| Renata Mineralwasser | Odenwald-Quelle | 0,01 |
| Rennsteig Sprudel | oucimala quote | 0,57 |
| Rhänzünser | Possugger Heilquellen | 0,67 |
| Rheinfels Urquelle | RheinfelsQuellen | 0,61 |
| RheinfelsQuelle | RheinfelsQuellen | 0,45 |
| Rhenser Mineralbrunnen | Blaue Quellen | 0,50 |
| Rhodius Fellbuhr-Quelle | Rhodius Mineralquellen und Getränke | 0,33 |
| Rhön -Sprudel | Mineralbrunnen Rhön Sprudel | 0,62 |
| Ried-Quelle | Kronia Quelle | 0,31 |
| Rietenauer Mineralquellen | Blaue Quellen | 0,53 |
| Rilchinger Amandus-Quelle | Gesundbrunnen Bad Rilchingen | 0,23 |
| Rilchinger Gräfin-Mariannen-Quelle | Gesundbrunnen Bad Rilchingen | 0,06 |
| Rildinger Gräfin Marien-Quelle | Gesundbrunnen Bad Rilchingen | 7,00 |
| Rippoldsauer Mineralwasser | Schwarzwaldperle Peterstaler Mineral- quellen | 2,30 |
| Ritter Bechtram Ried-Quelle | · · · · · · · · · · · · · · · · · · · | 0,40 |
| Ritter Bechtram Venus-Quelle | Hessenthal Quelle | 0,38 |
| Rohrauer Friedrichsquelle | Rohrauer Mineralbrunnen | 0,25 |
| Roisdorfer | Artus Mineralquellen | 0,44 |
| Romanis | /ited rimeralquelleri | 0,49 |
| Römer-Brunnen | Hessen-Quelle | 0,49 |
| Römerwall Quelle | RheinfelsQuellen | 0,68 |
| Romina | Romina-Quellen Mineralbrunnen | 0,76 |
| Rosbacher Naturell | Rosbach vor der Höhe | 0,78 |
| Rosbacher Ur-Quelle (klassisch, medium) | Rosbach vor der Höhe Rosbach vor der Höhe | 0,06 |
| Sailaufer Mineralbrunnen | Sailaufer Mineralbrunnen | 0,08 |
| | Gelsenwasser AG | · · |
| Salinger Saluetra Rad Vilblor Eriodrich Karl Sprudol | | 0,33 |
| Salustra Bad Vilbel | Astra-Quelle 0. Schmidt | 19,00 |
| Salutaris/Bad Vilbel Salvus Mineralwasser - natriumarm | Salvus Mineralwasser | 0,19 0,10 |

| Mineralwasser | Brunnen/Abfüllort | Fluoridgehalt mg/l |
|---|--|--------------------|
| San Pellegrino | San Pellegrino | 0,65 |
| Sankt Martin | | 0,30 |
| Saturn Quelle | Astra-Quelle 0. Schmidt | 0,19 |
| Schildetaler Mineralquell | Richard Hartinger Getränke GmbH | 0,11 |
| Schillerbrunnen Bad Lauchstädt | Bad Lauchstädter Heil- und Mineralbrun- Nen | 0,16 |
| Schloss Quelle Original | Mineralbrunnen Schloss-Quelle | 0,24 |
| Schönborn Quelle | Schönbornquelle | 18,00 |
| Schurvwald Quelle | Getränke Lachenmaier | 0,04 |
| Schwäbisch Haller Wildbadquelle | Wildbadquelle Mineralbrunnen | 12,00 |
| Schwalbacher | Schwalbacher Brunnen | 0,30 |
| Schwarzwald Sprudel | Bad Peterstal-Griesbach | 2,17 |
| Schwollener | Schwollener Sprudel | n.n. |
| Selters-Mineralquelle | Selters Mineralquelle | 0,86 |
| Seltina | Ardey Quelle | 1,10 |
| Selzer Brunnen | Hessen-Quelle | 0,31 |
| Severin Quelle | Baumgartner-Riba Mineralbrunnen GmbH | 0,28 |
| Shop Mineralbrunnen | Quellenhof Brunnenbetriebe | 0,03 |
| Siegsdorfer Petrusquelle | | 0,10 |
| Silberbrunnen | Romina-Quellen Mineralbrunnen | 0,86 |
| Silberquell Naturbrunnen | Silberquell Mineralbrunnen | 0,65 |
| Silvana Ursprung | Franken Mineralbrunnen | 0,10 |
| Sinus Quelle aktiv und medium | Franken Brunnen | 0,36 |
| Sinziger natürliches Mineralwasser | Trainer Brainer | 0,44 |
| Sodenthaler Mineralwasser | Coca-Cola Erfrischungsgetränke | 0,38 |
| Sole | Cook Cold Emisonangegedamic | 0,10 |
| Sollinger Brunnen | Sollinger Brunnen | 0,14 |
| Sophie-Charlotte Mineralwasser | A. Dohm & A.Timm GmbH | 0,29 |
| Sophien-Quelle Mineralwasser | Wörsinger Mineralbrunnen | 1,50 |
| Spa Reine | Spadel-Getränkevertrieb | 0,10 |
| Spar nat. Mineralwasser | Deutsche Spar | 0,41 |
| Spessart-Quelle | Biebergemünd-Rossbach | 0,30 |
| Spreequell Mineralwasser | Spreequell Mineralbrunnen | 0,17 |
| St. Anna Heilquelle | St. Anna Quelle | 0,40 |
| St. Gero Heilwasser | Gerolsteiner Brunnen | 16,00 |
| St. Godehard | Weyer Mineralbrunnen | 0,17 |
| St. Johannis-Quelle | weyer willeraibluffleri | 0,17 |
| St. Margareten | | 0,40 |
| St. Maria Brunnen | | 1,40 |
| St. Medardus Quelle | Medard | 0,40 |
| St. Willehad | Weyer Mineralbrunnen | 0,40 |
| Staatl, Bad Brückenauer | Bad Brückenau | 0,30 |
| Staatl.Hess.Fortuna Quelle | | 0,30 |
| | Wetterauer Getränke-Industrie | 0,32 |
| Staatlich Bad Meinberger Staatlich Eachingen Heilwasser | Staatlich Bad Meinberger Mineralbrunnen | 0,28 |
| Staatlich Fachingen Heilwasser | Staatlich Fachingen Ouglienhof Bruppenhotriehe | · · |
| Stadion Mineralbrunnen Stadion vald Porlo | Quellenhof Brunnenbetriebe | 0,41 |
| Steigerwald-Perle Steighrann | Rückel Steigerwald Mineralbrunnen | 0,17 |
| Steinbronn Steinbrigker | Löhne Drobler Mineralbrunnen | 0,16 |
| Steinsieker Steinsie Labefela Qualla | Brohler Mineralbrunnen | 0,30 |
| Stelonia Lahnfels-Quelle | Onlowither Park | 0,50 |
| Stephansbrunnen | Salzgitter-Bad | 0,40 |
| Stiftsquelle | Heil-und Mineralb.J. Spielmann | 0,10 |
| Stralsunder Mineralbrunnen | Stralsund | 0,27 |

| Mineralwasser | Brunnen/Abfüllort | Fluoridgehalt mg/l |
|------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------------|
| Tau-frisch | Leisslinger | 0,53 |
| Taunusquelle | Bad Camberg -Oberselters | 0,30 |
| Teinacher | Mineralbrunnen Überkingen-Teinach | 0,93 |
| Teusser Mineralbrunnen | Teusser Mineralbrunnen | 0,11 |
| Thüringer Walduell | Schmalkalden-Aue | 0,62 |
| Tönissteiner Sprudel | Andernach Kell | 0,26 |
| Ty Nant | | 0,10 |
| Überkinger | Mineralbrunnen Überkingen-Teinach | 2,90 |
| Ulmtalquelle | Löhnberg-Selters | 0,50 |
| Urbacher Quelle | Getränke Lachenmaier | 0,06 |
| Urselters Heilwasser | Urselters Quellen | 1,04 |
| Ursteiner | Mühlheim an der Ruhr | 0,10 |
| Jttinger Keltenbrunnen | Utting | 0,13 |
| Varus Quelle Graf Metternich | | 0,09 |
| Venus | Venus-Getränke | 0,38 |
| Vichy | FM-Französische Mineralquelle | 4,20 |
| Vilsa-Brunnen | Vilsa-Brunnen | 0,18 |
| Vinsebeckr Sprudel | Graf Metternich-Quellen | 0,27 |
| Violetta Allg. Alpenwasser | Graf Moderment Question | 0,10 |
| Vitell Bon Source | | 0,14 |
| Vogelsberger | Alsfeld | 0,20 |
| Volkmarsener Urquell | Volkmarsen | 0,30 |
| Volkmarser Mineralwasser | Volkmarser Mineralbrunnen | 0,35 |
| Volkillante | FM Französische Mineralguellen | 0,20 |
| Volvic | FM Französische Mineralquellen | 0,20 |
| Waldecker Mineralwasser | Volkmarser Mineralbrunnen | 0,53 |
| Walita Mineralwasser | Volkmarser Mineralbrunnen | · · · · · · · · · · · · · · · · · · · |
| | | 0,19 |
| Warburger Walduell | Heil-und Mineralquellen Germete | 1,04 |
| Weissenberger Quelle | Bad Dürrheimer Mineralbrunnen | 0,80 |
| Wenden Quelle | WeserGold | 0,12 |
| Wendenquelle | Richard Hartinger Getränke GmbH | 0,13 |
| Wernigeröder Mineralbrunnen | Wernigeröder Mineralbrunnen | 0,18 |
| Werretaler | Heemann Mineralbrunnen | 0,35 |
| Westerwald-Quelle | Biskirchener Heilquelle | 0,52 |
| Westfalen Brunnen | Marien Brunnen | 0,40 |
| Weyer Mineralbrunnen | Weyher Mineralbrunnen | 0,10 |
| Weyherser Mineralwasser | Mineralbrunnen Rhön Sprudel | 0,65 |
| Wiesenthaler | Sälzler u. Schuhmacher Getränke | 0,05 |
| Wildenrath Quelle | Thissen | 3,90 |
| Wildsberg | Heemann Mineralbrunnen | 0,56 |
| Wilhelmstaler Mineralbrunnen | Wilhelmstaler Mineralbrunnen | 0,26 |
| Wittenseer Quelle | Wittenseer Quelle | 0,17 |
| Wittmannsthal-Quelle | Bad Dürrheim | 0,64 |
| Wörsinger Mineralbrunnen | Bietigheim-Bissingen | 1,40 |
| Wörsinger Sport | Wörsinger Mineralbrunnen | 1,40 |
| Wüteria Heiligenquelle | Wüteria Schloßbrunnen | 0,63 |
| Wüteria Schlossbrunnen | Wüteria Schlossbrunnen | 0,88 |
| Zack Romanis Quelle | Bad Vilbel | 0,50 |
| Zwestener Löwensprudel | Zwestener Löwensprudel | 1,80 |

Quelle: Landesarbeitsgemeinschaft für Jugendzahnpflege in Hessen (LAGH), Prophylaxeimpuls 2004 (soweit möglich von der Arbeitsgemeinschaft Zahngesundheit Rhein-Neckar-Kreis nach Herstellerangaben aktualisiert)