



DOSSIER:

Neuer Trend - Immer mehr Menschen schwören auf die Schüßler-Therapie:

ZWÖLF SALZE MÜSSEN ES SEIN

Vor etwa 150 Jahren hatte der Oldenburger Mediziner Dr. Wilhelm Heinrich Schüßler sie entdeckt: zwölf Mineralsalze zur Gesundung des Organismus. Die ersten sensationellen Heilerfolge erzielte der Arzt bei über 1000 an Diphtherie erkrankten Kindern. Später geriet seine Heilmethode etwas in Vergessenheit. Jetzt wird sie von immer mehr Heilpraktikern und Allgemeinärzten wiederentdeckt. Gesundheitsbewußte Menschen nutzen sie zur Selbstmedikation. Ihre Wirkung ist verblüffend einfach.



Was der Arzt Wilhelm Heinrich Schüßler entdeckte

Schüßler hatte jahrzehntelang die Zusammensetzung des menschlichen Organismus, der Knochen, Gewebe und Zellen studiert und analysiert. Dabei konnte er feststellen, daß in allen Körperregionen, Organen und Säften zwar unterschiedliche Mengen an Mineralsalzen vorhanden waren, aber es waren auf jeden Fall immer zwölf. Daraus schloß er, daß diese zwölf mineralischen Verbindungen absolut lebensnotwendig seien.

Der Arzt entwickelte nun eine Methode, um die Mineralstoffe bei Mangelkrankheiten genau dorthin gelangen zu lassen, wo sie gebraucht werden: Kalium- und Magnesiumphosphat sind zum Beispiel unentbehrlich für funktionierende Muskeln. Eisen wird in Blut- und Hautzellen benötigt. Natrium spielt eine zentrale Rolle im Gehirn, in Herz, Leber und Geschlechtsorganen.

Da die Zellen im Körper jedoch von einer Schutzhaut, der Membran, umgeben sind, können Mineralsalze, die man einnimmt, in dieser Form nicht ins Zellinnere gelangen, wo sie gebraucht werden. Das können jedoch die in der Homöopathie eingesetzten Verdünnungen (Potenzen genannt). Hier werden die mineralischen Verbindungen so fein verteilt, daß sie durch die Schutzhülle der Zellen dringen (diffundieren) können.

Dr. Schüßler legte für seine Mineralsalz-Therapie fest: „Jedes Salz muß so verdünnt werden, daß es die Funktion gesunder Zellen nicht stört, aufgetretene Funktionsstörungen aber ausgleichen kann.“



Dr. Wilhelm Heinrich Schüßler

Schüblers biochemisches Heilsystem

Der Begriff Biochemie geht zurück auf Dr. Wilhelm Heinrich Schüßler. Er hat sein System, in welchem chemische und biologische Prozesse ineinandergreifen, selbst so genannt. Die moderne Chemie hat diese Bezeichnung von ihm übernommen. Die von Schüßler eingesetzten chemischen Mineralverbindungen haben in der Sprache der Chemie lediglich etwas andere Namen. Schüblers „Kalium chloratum“, um ein Beispiel zu nennen, wird in der Chemie „Kaliumchlorid“ genannt. Da solche chemischen Verbindungen großen Einfluß auf die biologischen Abläufe in den Zellen ausüben, wie Schüßler herausgefunden hat, ist die Bezeichnung „Biochemie“ sehr treffend.

Die Wirkung der Salze im Körper

Mit der biochemischen Therapie erhalten die Zellen im Bedarfsfall, zum Beispiel bei einer Erkrankung, wertvolle Hilfe. Durch ihre hohe Verdünnung gelangen die Mineralstoff-Potenzen genau dorthin, wo der Körper sie nun dringend braucht. Mit Schüßler-Salzen wird also nicht die Grundversorgung des Organismus mit Mineralsalzen bewirkt. Diese gelangt über die Nahrung in den Körper. Aber manchmal fehlt es eben an der Feinversorgung. Dr. Wilhelm Schüßler sprach von einer „Molekülverteilungs-Störung“. Der richtige Stoff ist nicht zur richtigen Zeit am richtigen Ort. Das können zum Beispiel Magnesium-Ionen sein, die dem Muskel nicht zur Verfügung stehen, obwohl die Ernährung genügend Magnesium zuführt. Wenn dies der Fall ist, kann es zu Schmerzen - bis hin zu Krämpfen - in der Muskulatur kommen. Mit dem in der Potenz D6 ungeheuer fein verteilten Magnesium phosphoricum läßt sich dieser Mangel „vor Ort“ beheben. Die Magnesiumteilchen finden den Weg in die Muskelzellen, wo sie dringend gebraucht werden, und die Schmerzen verschwinden.

Schüßler-Salze, die sanfte Therapie

Mineralstoffe sind lebensnotwendige natürliche Substanzen ohne Nebenwirkungen. Bei ihnen handelt es sich nicht um Medikamente oder gar um Drogen. Die Schüßler-Salze sorgen durch ihre schnelle Aufnahme (Absorption) in der Zelle für die Wiederherstellung eines gestörten Mineralhaushaltes in diesem Bereich. Die Störung wird beseitigt, die Selbstheilungskräfte des Organismus können wieder aktiv werden.

Die von Wilhelm Heinrich Schüßler entwickelten Heilmittel werden überwiegend in Tablettenform verabreicht. Es gibt sie auch als Kügelchen oder in flüssiger Form, diese sind aber wenig gebräuchlich. Die in Milchzucker verrührten Mineralsalze bestehen mit Ausnahme von Silicea jeweils aus einem sauren und einem basischen Element. In den Bezeichnungen gibt der erste Begriff immer das basische Element an, der zweit das saure. Beispiel: Magnesium (basisch), phosphoricum (sauer). Die Verträglichkeit und die hohe Wirksamkeit der Schüßler-Salze beruhen auf dieser Ausgewogenheit. Würde man dem Körper hingegen in größeren Dosen reine Mineralsalze in unverdünnter Form zuführen, müßte man auf Dauer mit schädlichen und auch krankmachenden Ablagerungen rechnen. Die verdünnten Mineralkombinationen Schüblers hingegen sind risikolos einzunehmen.

Der Unterschied zur Homöopathie

Wilhelm Heinrich Schüßler hat die zwölf Mineralsalze seines therapeutischen Konzeptes zwar, wie in der Homöopathie üblich, stark verdünnt (potenziert), um die Durchdringung der Zellmembran zu

ermöglichen. Dennoch unterscheiden sich die Schüßler-Salze von klassischen homöopathischen Mitteln. In der Homöopathie wird ohne Zugabe einer stofflichen Substanz nur ein Reiz gesetzt, um die Selbstheilungskräfte des Organismus zu anzuregen. Schüßlers Mineralsalze hingegen wirken direkt, indem sie fehlende Stoffe ersetzen, wenn auch in verdünnter Form. Die eingenommenen Mittel sind dabei diejenigen, die dem Körper tatsächlich fehlen. In der Homöopathie werden dagegen winzige Dosen eines potenzierten Giftes in großen Abständen gegeben, um den erwünschten Reiz zu bewirken. Die Schüßler-Salze muß man in großen Dosen und kleinen Abständen einnehmen, damit möglichst viel von dem jeweils fehlenden Stoff an den Ort gelangt, an dem dieser Stoff gebraucht wird. Es gibt in der biochemischen Bewegung auch neuere Forschungen und Erfahrungen, die zusätzlich zum Ersatz fehlender Mineralstoffe im Organismus durch die Schüßler-Salze auch noch von der typischen homöopathischen Wirkung sprechen. Die potenzierten Salze lösen demnach auch Reize oder Impulse aus, die elektro-chemische Veränderungen bewirken. Solche Prozesse versetzen den Organismus selbst wieder in die Lage, sich die fehlenden Mineralsalze aus der Nahrung zu holen, während er ohne diesen Reiz dazu nicht mehr fähig war und sie ungenutzt ausschied, was letztlich zu seiner Erkrankung führte.

Die D6-Potenz ist die gebräuchlichste

Die von Schüßler für seine Mineralsalze fast durchgehend verwendete Potenzierung D6 hat sich so sehr bewährt, daß sie auch heute noch von Pharmazeuten, Ärzten und Heilpraktikern als die Regel-Potenz anerkannt ist. Eine Ausnahme bilden lediglich die auch von Schüßler bereits anders potenzierten Mittel Calcium fluoratum, Ferrum phosphoricum und Silicea. Sie werden als D12-Potenz eingesetzt. (D6 bedeutet, daß die Verdünnung sechsstellig ist: 1:100 000).

Schüßlers Lehrsätze

Vor gut 120 Jahren veröffentlichte Dr. med. Wilhelm Heinrich Schüßler seine Erkenntnisse über die Biochemie und erregte damit beträchtliches Aufsehen. Er selbst ist 1898 gestorben. Doch in den über 100 Jahren, die seither vergangen sind, hat sich seine Heilmethode bewährt und dadurch auch behauptet. Die Lehrsätze, die er für sein biochemisches System hinterlassen hat, wurden inzwischen zeitgemäß und griffig weiterentwickelt. Sie lauten:

1. Alle Krankheiten entstehen durch einen Mangel an ganz bestimmten essentiellen (lebensnotwendigen) Mineralstoffen.
2. Durch die Zuführung der fehlenden Stoffe wird der Mangel im Mineralhaushalt der Zellen ausgeglichen und dadurch tritt Heilung ein.
3. Die Zuführung der Mineralstoffe darf nur in geringen Dosen erfolgen.
4. Die Mittel müssen soweit verdünnt werden, daß der Übertritt der Mineralstoffe durch die Schleimhäute der Mundhöhle, des Schlundes und der Speiseröhre direkt ins Blut erfolgen kann und die Mittel gar nicht in Magen und Darm gelangen.

Was die Schüßlersalze im Körper bewirken

Das Salz Nummer 1 (Calcium fluoratum D 12) kann Hautfalten und Narben glätten. Es ist notwendig beim Aufbau von Zähnen, Nägeln und Knochen. Wenn es fehlt, wird die Zahnkaries gefördert.

Das Salz Nummer 2 (Calcium phosphoricum D 6) ist wichtig für den Aufbau der Zähne, optimiert die Muskelbewegungen und die Blutgerinnung, es sorgt für die Neubildung von Zellen (auch roten Blutkörperchen), kräftigt den Organismus und die Nerven. Wenn es fehlt, kann es zu häufigem Nasenbluten, Hautjucken, Muskelschmerzen, Nervosität und sogar Wachstumsstörungen bei Kindern kommen.

Das Salz Nummer 3 (Ferrum phosphoricum D 12) ist unentbehrlich für eine funktionierende Körperabwehr. Wenn es fehlt, können chronische Erkrankungen auftreten, wie zum Beispiel Venenleiden und Darmerschaffung. Die Infektanfälligkeit ist deutlich erhöht, Wunden heilen schlecht, Haare, Nägel und Haut weisen Defekte auf.

Das Salz Nummer 4 (Kalium chloratum D 6) beeinflusst den Herzrhythmus, sowie die Magen- und Darmbewegungen. Außerdem spielt es eine zentrale Rolle im Zucker- und Eiweißstoffwechsel. Auch die Schleimhäute des Körpers werden stark von diesem Mineral beeinflusst. Wenn es fehlt, kann es zu Herzrhythmusstörungen kommen und zu übermäßigen Absonderungen an Schleimhäuten. Die Anfälligkeit für Bronchitis, Schnupfen, Drüsen- und Lungenentzündungen steigt.

Das Salz Nummer 5 (Kalium phosphoricum D 6) ist unerlässlich für eine gute Fließqualität des Blutes. Wenn es fehlt, kann es zu Kopfschmerzen, Migräne, Gedächtnisschwäche und Schlafstörungen kommen.

Das Salz Nummer 6 (Kalium sulfuricum D 6) ist wichtig für Haut, Blutkreislauf und die Abwehr von Infekten. Wenn es fehlt, kann es zu Hautabschuppungen, nächtlichem Herzklopfen, Schwindel und Angstgefühlen kommen.

Das Salz Nummer 7 (Magnesium phosphoricum D 6) ist eines der wichtigsten Mineralien für den Organismus überhaupt. Es ist an allen Stoffwechselprozessen beteiligt. Seine krampflösende Wirkung beugt Herzinfarkten vor und hilft bei Asthma und Rheuma. Wenn es fehlt, kann es zu plötzlichen, krampfartigen Schmerzen kommen, zu Störungen im Gehirn, Herzinfarkt und gesteigerter Anfälligkeit für Krebsleiden.

Das Salz Nummer 8 (Natrium chloratum D 6) ist wichtig für den gesamten Wasserhaushalt des Organismus. Wenn es fehlt, kann es zu trockenen Augen kommen, zu Durchfällen, aber auch Verstopfung und zu Taubheitsgefühlen an Händen und Füßen. Sogar rheumatische Beschwerden, nervöse Störungen bis zur Hysterie und ansteigende Herzfrequenz können die Folge sein.

Das Salz Nummer 9 (Natrium phosphoricum D 6) wirkt der Übersäuerung des menschlichen Organismus entgegen und hält die Verdauung in Schwung. Es ist wichtig für die Entschlackung des Körpers. Wenn es fehlt, kommt es häufig zu saurem Aufstoßen. Auch Gicht und Rheuma können durch den Mangel ausgelöst werden. Zudem wird der Fettstoffwechsel gestört.

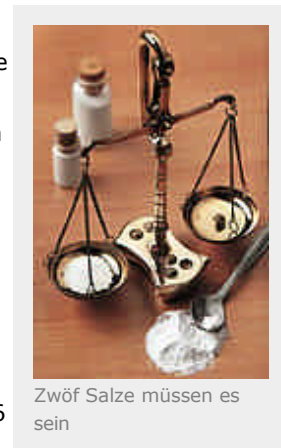
Das Salz Nummer 10 (Natrium sulfuricum D 6) ist wichtig für Leber, Gallenblase, Bauchspeicheldrüse, Niere und Blase. Wenn es fehlt, können unkontrollierte Harnabgänge die Folge sein. Bei Mangel fühlt man sich außerdem abgeschlagen, es kann zu häufigeren grippalen Infekten kommen und zu Leberschmerzen.

Das Salz Nummer 11 (Silicea D 12) ist im Prinzip die bekannte Kieselsäure. Sie ist wichtig für den Aufbau von Knorpeln, Knochen, Sehnen und Bändern und sorgt für Elastizität und Festigkeit von Haaren, Nägeln und Bewegungsapparat. Wenn das Mineral fehlt, entstehen Runzeln und Falten, das Bindegewebe verfällt, die Infekthäufigkeit steigt.

Das Salz Nummer 12 (Calcium sulfuricum D 6) wirkt gegen Abszesse und Eiterherde und wird erfolgreich bei Nasennebenhöhlen-Entzündungen eingesetzt. Wenn es fehlt, kann der Enzym- und Hormonhaushalt beeinträchtigt sein, weil der Aufbau wichtiger Eiweißbausteine gestört ist.

Die Kraft der Mineralsalze

Es gibt nach Schüßler keine krankhafte physiologische Veränderung im menschlichen Organismus, die nicht mit einer Verschiebung der Mineralstoffe zusammenhängt. Der Mineralstoffhaushalt der Zellen ist im Krankheitsfall immer betroffen. Das hatte Dr. Schüßler sowohl in seinen wissenschaftlichen Untersuchungen herausgefunden als auch in seiner Praxis immer wieder überprüft. Dabei war ihm durchaus bekannt, daß seine biochemische Therapie äußerst geringe, aber eben außerordentlich wichtige Substanzmengen im menschlichen Körper betrifft. Bei den lebensnotwendigen Mineralsalzen im menschlichen Blut und in den Zwischenzellflüssigkeiten handelt es sich ja auch um winzige Mengen. Zum Beispiel sind in 1000 g Blutzellen nur 0,132 schwefelsaures Kalium (Kalium sulfuricum), 0,094 g phosphorsaurer Kalk (Calcium phosphoricum) oder 0,06 g phosphorsaures Magnesium (Magnesium phosphoricum) enthalten. Diese winzigen Mengen sind lebenswichtig für den Zellstoffwechsel. Der gesamte menschliche Körper enthält gerade mal 3 Gramm Eisen. Aber Eisenmangel kann zu schwersten Störungen der menschlichen Gesundheit führen. Daran ist zu erkennen, daß auch nur minimale Einbußen am Mineralstoffhaushalt Krankheiten auslösen können. Es wird aber auch deutlich, warum andererseits diese winzigen Mengen an Mineralsalzen, die durch die Tabletten des Wilhelm Heinrich Schüßler in den Körper gelangen, zur Gesundheit führen können.



Die verblüffend schnelle Wirkung der Salze

Es ist immer wieder verblüffend, wie rasch eine „Heiße Sieben“ (zehn Tabletten mit dem Salz Nummer 7, Magnesium phosphoricum in einem halben Glas Wasser gelöst und langsam geschlürft) bei diversen Beschwerden, vor allem bei Muskelschmerzen hilft. Mit dem Salz Magnesium phosphoricum, hatte schon Schüßler spektakuläre Erfolge erzielt und sein Publikum verblüfft, weil bereits nach wenigen Augenblicken schlimme Schmerzen wie weggeblasen waren.

Warum die Wirkung schon im Mund beginnt

Wer schon einmal Hochprozentiges mit dem Strohhalm aufgesogen oder zum Spaß Sekt oder Wein aus einem Schälchen gelöffelt hat, der weiß um die unglaublich rasche Alkoholwirkung, die dadurch eintritt. Das kommt daher, daß der Alkohol sich bei diesem Vorgehen sehr stark im Mund verteilt, dort von den Schleimhäuten aufgesogen wird und direkt ins Blut gelangt. Werden alkoholische Getränke dagegen auf übliche Weise konsumiert, gelangt ein großer Teil ziemlich rasch in den Magen, wird durch den Magensaft verdünnt und tritt viel langsamer in die Blutbahn über. Die Schüßler-Salze, die man langsam im Mund zergehen läßt oder als „Heiße Sieben“ schlürft, wirken letztlich wie das Beispiel von Löffelchenweise genossenem Alkohol, nämlich sehr rasch. Ihre Hauptwirkung entfalten sie bereits im Mund. Und genau dieses hat Wilhelm Heinrich Schüßler schon vor 120 Jahren auch vorgeschrieben.

Schüßlersalze sind wie eine mineralhaltige Heilquelle

Die in hoher Verdünnung eingenommenen Schüßler-Salze haben verblüffende Ähnlichkeiten mit einem der ältesten Heilmittel der Menschheit: den mineralhaltigen Quellen. Im Wasser dieser natürlichen Heilquellen liegen die meisten der wirksamen Mineralien in Verdünnungsverhältnissen vor, die auch Schüßler in seinen Salzen vornimmt, nämlich 1: 100 000 (D6). Aber nicht nur die Verdünnung in den Heilquellen stimmt mit den Schüßler-Salzen weitgehend überein, auch die Art der Mineralsalze ist die gleiche. Es sind genau jene von Wilhelm Heinrich Schüßler in vielen Experimenten als heilkräftig identifizierten Salze.

Reichen nicht auch die Mineralstoffe im Essen aus?

Schüßler konnte erklären, auf welche Weise die Mineralien in die Zellen gelangen. Es ist die hohe Verdünnung wie in einer Heilquelle, durch die sie die Zellmembran durchdringen können. Damit wird auch klar, warum selbst eine ausgeglichene mineralstoffreiche Ernährung die Krankheiten oft nicht verhindern kann, die durch Mineralstoffmangel ausgelöst werden.

Die Mineralsalze sind gebunden

Es ist zwar richtig, daß die biochemischen Salze auch in unserer Nahrung vorhanden sind, aber eben nicht in reiner und freier Form. Im Gegenteil: sie sind in organischen Bindungen enthalten, im Fleisch, im Fisch, im Gemüse. Darin liegen sie fest und können nicht über die Mundschleimhäute in die Blutbahn gelangen. Sie werden erst auf dem Wege der Verdauung herausgelöst und dadurch verändert. Auch Kochsalz, das als Gewürz beigegeben wird und damit in freier Form in der Nahrung vorliegt, kann den Weg über die Schleimhäute nicht nehmen. Es ist viel zu konzentriert, um durch die Zellwände diffundieren zu können.

So entsteht der Mangel

Und so kommt es, daß auch eine mineralstoffreiche Ernährung den Mangel in bestimmten Fällen an einzelnen Organen eben nicht verhindern kann. Außerdem liegen nicht selten auch noch Verwertungsstörungen im Organismus vor. Am Ende steht dann die Erkrankung. Nimmt man nun verdünnte und somit zellverfügbare Mineralstoffe nach Schüßler zu sich, kann dieser Mangel behoben und die Krankheit geheilt werden.

Schüßler-Salze gehören in die Hausapotheke

Die Biochemie hilft also Krankheiten zu verhindern und sie hilft Patienten, ihre Gesundheit wieder zu erlangen. Schüßler-Salze sollten deshalb in keiner Hausapotheke fehlen. Sie helfen in wirklich eindrucksvoller Weise vor allem bei Erkältungskrankheiten und Muskelschmerzen. Auch chronische und degenerative Leiden wie beispielsweise Arthrose, Rheuma, Schlafstörungen, Warzen oder auch Haarausfall können damit erfolgreich therapiert werden. Sehr gut wirken sie außerdem bei Prellungen und Quetschungen, bei Verdauungsproblemen und nervösen Leiden.

Anwendungen der Salze in ausgewählten Bereichen

Wer sich für seine Gesundheit – und damit auch für die Krankheit – in erster Linie selbst verantwortlich fühlt, wird nach Möglichkeit auch die Behandlung eigenverantwortlich durchführen wollen. Die Selbstmedikation mit Schüßler-Salzen ist dafür eine einfache und doch sehr wirkungsvolle Möglichkeit.

Grundsätze der Anwendung - Grenzen der Selbstmedikation

Eigentlich ist es selbstverständlich, aber zur Sicherheit soll hier der wichtigste Grundsatz für eine Selbstbehandlung noch einmal ganz eindeutig formuliert werden: Bei allen unklaren Erkrankungen, bei schweren Verläufen mit Fieber, bei heftigen Beschwerden, die auch nach ein bis zwei Tagen nicht nachlassen, muß ein Arzt aufgesucht werden. Ist die Diagnose klar und die Behandlungsweise festgelegt, kann in Absprache mit dem Arzt zur Unterstützung eine Therapie mit Schüßler-Salzen zusätzlich durchgeführt werden.

Bei chronischen Krankheiten ist die Einnahme über einen längeren Zeitraum unerlässlich. Die empfohlene Dosis beträgt drei mal zwei Tabletten pro Tag.

Im akuten Krankheitsfall ist es wichtig, die Tabletten in sehr kurzen Abständen einzunehmen. Bewährt hat sich die Dosis von zwei Tabletten alle zehn Minuten. Bei manchen fiebrigen Entzündungsprozessen ist sogar die Einnahme in Abständen von fünf Minuten möglich (siehe auch die Empfehlungen bei den einzelnen Krankheitsbildern).

Die Mittel sollten im allgemeinen langsam auf oder unter der Zunge zergehen, damit sie möglichst im Mund schon gänzlich von den Schleimhäuten aufgenommen werden können. Falsch ist es, sie mit Mineralwasser oder Tee hinunterzuspülen. Sie sollen ja nach Möglichkeit gar nicht in den Magen gelangen, weil sie dort durch die Säurewirkung verändert werden können.

Eine Sonderform der Einnahme ist die „Heiße Sieben“, die zur Wirkungsverstärkung in hoher Dosierung in heißem Wasser gelöst eingenommen wird. Beim Umrühren sollte man übrigens keinen Metallöffel verwenden, weil er mit der natürlichen elektrischen Ladung des Minerals reagieren und dadurch die Wirksamkeit des Mittels verändern könnte. Die „Heiße Sieben“ ist auch mehrfach hintereinander anzuwenden, bis sich die Beschwerden gebessert haben. Auch andere Salze können durchaus in heißem Wasser gelöst eingenommen werden. Dies ist zwar in unseren Breiten nicht üblich, aber die Inder, die auf Schüßler-Salze schwören, wenden fast nur die heiße Form der Einnahme an.

Wenn mehrere Mittel zur Behandlung der Beschwerden genannt sind, so sollten diese nicht gemischt eingenommen werden, sondern stets im Wechsel.

Die günstigste Zeit der Einnahme ist – abgesehen vom akuten Fall mit seinen kurzen Einnahmeintervallen – eine halbe Stunde vor einer Mahlzeit. Auch die Einnahme etwa eine Stunde nach dem Essen ist günstig. In beiden Fällen hat der Körper nämlich die Möglichkeit, auch die Anteile der Salze, die man hinuntergeschluckt hat und die nicht im Mund aufgenommen werden konnten, noch zu resorbieren.

Bei Kindern muß man eine Einnahmeform anwenden, die dem Alter entspricht. Für Flaschenkinder zerquetscht man die Tabletten in der entsprechenden Dosierung und löst sie im Flascheninhalt auf. Wenn die Kleinen die Nahrungsaufnahme verweigern, kann man die zerquetschten Tabletten auf die Innenseite der Wangen auftragen, wo sich die Mittel rasch auflösen. Eine andere Möglichkeit: Einen abgekochten Gummischnuller in das Pulver der zerquetschten Tabletten tauchen und das Kind daran saugen lassen.

Für Brustkinder muß die Mutter die Mittel einnehmen und sie dann über die Muttermilch an den Organismus ihres Säuglings abgeben.

Krankheitsbilder und ihre Behandlung

Abszeß

Wenn sich schmerzhaft, heiße Entzündungsherde bilden, nimmt man Ferrum phosphoricum D12. Solange nur eine Schwellung besteht, kann man auch zwischen Ferrum phosphoricum D12 und Kalium chloratum D6 abwechseln. Kommt es zur Eiterbildung, wendet man Silicea D12 an. Es läßt den Abszeß rasch reifen. Zusätzlich empfiehlt sich Calcium sulfuricum D12, das auch beim Abheilen hilft.

Abwehrschwäche (Immunschwäche)

Wer infektanfällig ist und sich ständig mit sogenannten Erkältungskrankheiten herumschlagen muß, hat mit hoher Wahrscheinlichkeit ein gestörtes Immunsystem. Dagegen kann man im akuten Fall Silicea D12 einsetzen, das anregend auf die Abwehrzellen des Körpers wirkt. Für eine dauerhafte Immunstärkung empfiehlt sich folgendes zwölfwöchiges Programm: Vier Wochen lang täglich drei mal zwei Tabletten Ferrum phosphoricum D12. Danach weitere vier Wochen lang täglich drei mal zwei Tabletten Magnesium phosphoricum D6. In den letzten vier Wochen täglich drei mal zwei Tabletten Kalium sulfuricum D6. (Kinder jeweils drei mal täglich eine Tablette).

Antriebsschwäche

Dazu kommt es oft nach schweren Infekten, bei erhöhtem Streß und überreizten Nerven. Einen kräftigen Anschlag kann hier Kalium phosphoricum D6 bringen. Sehr bewährt hat sich eine Einnahme vergleichbar der „heißen Sieben“. Am besten löst man bereits vor dem Frühstück zehn Tabletten in heißem Wasser auf und nimmt den Trunk schluckweise, aber möglichst heiß, zu sich.

Wenn der Morgenantrieb nicht genügt, kann diese Anwendung bis zu dreimal täglich wiederholt werden.

Bandscheibenerkrankungen

Bandscheibenschäden sind eine weit verbreitete Krankheit. Immer mehr jüngere Menschen sind schon davon betroffen. Als eine der Hauptursachen gelten Bewegungsmangel oder einseitige Belastungen durch sitzende Tätigkeit, aber auch Schwerarbeit und Leistungssport. Als Therapeutikum sehr bewährt hat sich die Einnahme von Calcium fluoratum D12 im Wechsel mit Silicea D12. Die Dosis: sechs Tabletten (zweimal drei) täglich über einen längeren Zeitraum hinweg.

Bindehautentzündung

Wenn es sich um Conjunctivitis catarrhalis, den Bindehautkatarrh handelt, ist das wichtigste Mittel Ferrum phosphoricum D12. Es hat eine entzündungshemmende Wirkung. Die empfohlene Dosierung: alle 15 Minuten eine Tablette im Mund zergehen lassen. Bewährt hat sich auch, Ferrum phosphoricum D12 im Wechsel mit Natrium chloratum D6 einzunehmen. Bei Kindern, die häufig zu Bindehautentzündungen neigen, gibt man dreimal täglich eine Tablette Natrium sulfuricum D6. Dieses Mittel hilft auch bei Bläschenbildung auf der Bindehaut.

Blasenkatarrh/Blasenentzündung

Diese bakterielle Infektionskrankheit bekämpft man durch die Einnahme von Ferrum phosphoricum D12. Dosierung: drei bis vier Tabletten pro Stunde im Mund zergehen lassen. Ab dem zweiten Tag im Wechsel mit Natrium phosphoricum D6. Wenn die Beschwerden abklingen, genügen ab dem dritten Tag je dreimal zwei Tabletten. Wenn Eiter mit dem Urin abgeht, sollte man sechsmal täglich (alle zwei Stunden) Silicea D12 einnehmen. Bei chronischer Blasenentzündung empfiehlt es sich, Silicea D12 und Natrium phosphoricum im Wechsel einzunehmen, je nach Schwere sind dreimal täglich zwei bis drei Tabletten zu empfehlen.

Bronchitis (Bronchialkatarrh)

Sobald es im Hals kratzt, die Bronchien sich verkrampfen und Hustenreiz auftritt, sollte man Schüßler-Salze zur Hand haben. Empfohlene Maßnahme: halbstündlich eine Tablette Ferrum phosphoricum D12 im Mund zergehen lassen. Es ist ein wichtiger Entzündungshemmer. Wenn Krampfhusten einsetzt und zäher Schleim die Atmung erschwert, werden alle 15 bis 30 Minuten zehn Tabletten Magnesium phosphoricum in einer Tasse mit heißem Wasser („heiße 7“) gelöst und schluckweise getrunken. Zur Ergänzung kann man immer wieder eine Tablette Calcium fluoratum im Mund zergehen lassen, besonders bei schleimigem Auswurf. Wenn die Beschwerden von Fieber und Schweißausbrüchen begleitet sind, sollte man stündlich eine Tablette Kalium chloratum lutschen. Als begleitendes Ergänzungsmittel bei einem chronischen Verlauf hat sich Manganum sulfuricum D12 bewährt. Man nimmt viermal am Tag eine Tablette.

Gerstenkorn

Diese Entzündung von Talg- oder Schweißdrüse am Augenlid kann sehr schmerzhaft und auch langwierig sein. Wenn eine Besserung nicht bald eintritt, sollte der Arzt aufgesucht werden. Mit

folgender Schüßler-Therapie hat man eine gute Möglichkeit, auch selbst damit fertig zu werden: Bei den ersten Anzeichen sollte man bereits mit der Behandlung beginnen und dazu Calcium fluoratum D12 und Silicea D12 wechselweise alle halbe Stunde einnehmen.

Halsentzündung

Man spricht auch von Rachenkatarrh, wenn die Schleimhäute im Hals sich röten, die Mandeln anschwellen und Schmerzen beim Schlucken auftreten. Wichtig ist es, gleich bei den ersten Symptomen alle fünf Minuten eine Tablette Ferrum phosphoricum D12 im Mund zergehen zu lassen. Wenn die Mandeln besonders betroffen sind, nimmt man alle fünf Minuten eine Tablette Kalium phosphoricum D6. Wer in der kalten Jahreszeit ständig Halsprobleme hat, sollte jede Stunde eine Tablette einnehmen und zwar Kalium phosphoricum D6 im Wechsel mit Calcium phosphoricum D6.



Schüßler-Salze in Pillenform

Insektenstiche

Sofort nach dem Einstich die betroffene Stelle anfeuchten (Spucke, Wasser) und darauf eine Tablette Natrium chloratum D6 verreiben. Ergänzt wird diese Behandlung durch Einnahme des Mittels in der Dosierung alle 30 Minuten eine Tablette.

Juckreiz

Diese lästigen Beschwerden können durch Neurodermitis hervorgerufen werden oder auch vorübergehende Begleiterscheinungen hormoneller Abläufe im Körper darstellen. Bei manchen Frauen gehören sie zum prämenstruellen Syndrom (PMS). Menschen, bei denen der Insulinstoffwechsel gestört ist, bekommen zu hohe Blutzuckerwerte und im Zusammenhang damit kann es ebenfalls zu Juckreiz der Haut kommen. Schließlich können auch Pilze (Fußpilz) die Ursache sein. Schüßler-Salze vermögen die Beschwerden zu lindern. Anwendung: Jede Stunde eine Tablette Magnesium phosphoricum D6 im Wechsel mit einer Tablette Silicea D12. Bei abklingenden Beschwerden kann die Dosis auf sechs Tabletten täglich reduziert werden. Tip: Bei Fußpilz etwas Backpulver in lauwarmem Wasser verrühren und die betroffenen Stellen damit einreiben. Nach drei Minuten abwaschen, trocknen und einpudern.

Kopfschmerz

Diese weitverbreitete Störung unseres Befindens kann viele Ursachen haben: Streß, Verspannungen, Prämenstruelles Syndrom, Verdauungsprobleme, schlechte Durchblutung des Gehirns, Infektionen besonders im Nasen- Rachenbereich usw. Die Erkrankung hinter dem Kopfschmerz zu finden, bietet die beste Chance auf Heilung. Zur Linderung können Schüßler-Salze eine ganze Menge beitragen. Sind die Beschwerden mit Übelkeit und Blutandrang im Gehirn verbunden, mit Schwindel und drückenden Schmerzen (der Kopf scheint platzen zu wollen), die sich von der Stirn zum Hinterkopf ziehen, dann sollte man zu Ferrum phosphoricum D12 greifen. Am besten alle 15 Minuten eine Tablette einnehmen. Gegen nervöse Kopfschmerzen mit schlechtem Schlaf und Reizbarkeit hilft Natrium chloratum D6, alle 15 Minuten eine Tablette. Bei plötzlich

stechend einschießenden Schmerzen mit Funken vor den Augen sollte zu Magnesium phosphoricum D6 gegriffen werden. Dosis: Alle 15 Minuten eine Tablette in etwas heißem Wasser (ein halbes Glas) gelöst einnehmen. Wer nach geistiger Überarbeitung Kopfschmerz bekommt, für den ist Silicea D12 das richtige Mittel. Die Dosis beträgt pro Stunde eine Tablette. Wenn die Kopfschmerzen im Zusammenhang mit Verdauungsstörungen auftreten, hilft Natrium sulfuricum D6 am besten. Man läßt am besten stündlich eine Tablette im Mund zergehen. Gegen Katerkopfschmerz mit saurem Aufstoßen hat sich Natrium phosphoricum bewährt. Die richtige Dosis: Alle 30 Minuten eine Tablette im Mund zergehen lassen.

Leberschutz

Für unserer großes Ausscheidungs- und Entgiftungsorgan sind Schüßler-Salze bestens zur Regeneration und als vorbeugender Schutz geeignet. Hierfür nimmt man täglich sechsmal eine Tablette Kalium sulfuricum D6 ein. Bei Leberstauung hat sich eine Therapie mit Natrium sulfuricum D6 bewährt. Dosis: sechsmal täglich eine Tablette. Wenn Druck auf der Leber lastet, sollte man sechsmal täglich eine Tablette Kalium phosphoricum D6 im Mund zergehen lassen.

Magensäure-Überschuß (Sodbrennen)

Bei zu viel Magensäure hilft Natrium phosphoricum D6. Unmittelbar nach jedem Essen sollten zwei bis drei Tabletten eingenommen werden. Auch Magnesium phosphoricum D6 ist ein geeignetes Mittel bei einer Übersäuerung des Magens. Die Anwendung ist die gleiche. Man kann beide Mittel auch kombinieren oder im Wechsel einsetzen.

Mandelentzündung

Bei akuten aber auch bei chronisch wiederkehrenden Mandelentzündungen sollte Natrium phosphoricum D6 abwechselnd mit Ferrum phosphoricum D12 eingenommen werden. Die Tabletten langsam im Mund zergehen lassen. Dosierung: Alle 15 Minuten eine Tablette. Bei hohem Fieber zusätzlich Kalium phosphoricum D6. Dosierung hier: Alle zehn Minuten eine Tablette. Außerdem im chronischen Fall über einen langen Zeitraum Magnesium phosphoricum D6 in heißem Wasser aufgelöst. Dosierung: Pro Tag vier bis sechs Tabletten. Wenn die Mandeln vereitert sind, nimmt man alle 15 Minuten eine Tablette Silicea D12. Sollten die Mandeln sich verhärten, heißt das richtige Mittel Calcium fluoratum D12. Es wird dreimal täglich eine Tablette über lange Zeit hinweg eingenommen.

Muskelkater

Mit jeder ungewohnten Tätigkeit, ob Sport oder Arbeit, sollte man vorsichtig beginnen und große Kraftanstrengungen am Anfang vermeiden. Es ist wichtig, vor dem Start die Muskeln durch Übungen zu dehnen und aufzuwärmen. Ist der Muskelkater da, kann man mit dem Entzündungshemmer Ferrum phosphoricum D12 Linderung erzielen. Man nimmt alle Viertelstunde eine Tablette ein und läßt sie langsam im Mund zergehen.

Muskelrheuma

Diese sehr schmerzhafteste Erkrankung kann man im akuten Stadium mit Ferrum phosphoricum D12 bekämpfen. Dosis: alle 15 Minuten eine Tablette im Mund zergehen lassen. Gut bewährt hat sich auch die Abwechslung mit Natrium phosphoricum D6 oder mit Kalium chloratum D6. Bei chronischem Muskelrheuma sollte man die gleichen Salze permanent einnehmen und dabei täglich wechseln zwischen Ferrum phosphoricum D12, Natrium phosphoricum D6 und Kalium chloratum D6. Dosis: alle 2 Stunden eine Tablette.

Muskelriß

Bei einer derartigen Verletzung hilft im akuten Fall der Entzündungshemmer Ferrum phosphoricum D6. Man nimmt am besten alle zehn Minuten eine Tablette. Wenn die Schmerzen nachlassen, sollten abwechselnd Calcium fluoratum D12, Kalium chloratum D6, Silicea D12 und weiterhin Ferrum phosphoricum D12 eingesetzt werden. Die Dosis: täglich sechs Tabletten im ständigen Wechsel.

Muskelschwäche

Es können viele verschiedene Ursachen dahinterstecken, die alle sehr schwer wiegen. Beispiele: lange Bettlägerigkeit, gewisse Nervenschädigungen, Polyneuropathie, Blutarmut, Rückenmarkstumoren, Multiple Sklerose. Deshalb ist bei auftretendem Muskelschwund ärztliche Behandlung dringend erforderlich. Zur Unterstützung können die Schüßler-Salze Kalium phosphoricum D6 und Calcium phosphoricum D6 eingesetzt werden. Die Dosis beträgt insgesamt mindestens sechs Tabletten täglich im Wechsel.

Muskelverhärtung

Hier kommt Calcium fluoratum D12 zum Einsatz. Man nimmt dreimal täglich eine Tablette. Vor allem Beschwerden an Schultern und Oberarmen werden dadurch gelindert.

Nervenentzündung

Beim Auftreten der ersten Beschwerden Ferrum phosphoricum D12 im Wechsel mit Kalium phosphoricum D6 einnehmen. Dosierung: Etwa alle zehn Minuten eine Tablette. Wenn Lähmungserscheinungen auftreten, nimmt man zusätzlich zur ärztlichen Behandlung Kalium phosphoricum D6 und Magnesium phosphoricum D6 ein. Dosierung: Alle zehn Minuten eine Tablette.

Die wichtigsten Lebensdaten des Wilhelm Heinrich Schüßler

1821 wird Wilhelm Heinrich Schüßler in Bad Zwischenahn, Großherzogtum Oldenburg, geboren. 1853 beginnt er – ohne Abitur – sein Medizinstudium in Paris. 1854 setzt er das Studium in Berlin fort. 1855 promoviert Schüßler an der Universität in Gießen zum Dr.med. 1856 setzt er seine medizinischen Studien an der Prager Universität fort. 1857 holt Schüßler am Alten Gymnasium zu Oldenburg sein Abitur nach und legt im gleichen Jahr sein medizinisches Staatsexamen ab. 1858 wird er als Arzt, Wundarzt und Geburtshelfer zugelassen und eröffnet seine erste Praxis in Oldenburg. 1872 beginnt er mit der Arbeit an seinem biochemischen System, das er zunächst „Eine abgekürzte homöopathische Therapie“ nennt. 1873 veröffentlicht er einen ersten Artikel darüber in der „Homöopathischen Zeitung“. 1874 erscheint die erste Auflage der „abgekürzten Therapie“. 1885 hat sich die Biochemie nach Schüßler soweit durchgesetzt, daß der erste Biochemische Verein gegründet wird. Am 30. März 1898 stirbt Wilhelm Heinrich Schüßler im Alter von 77 Jahren in Oldenburg.

Nervosität

Dieses weit verbreitete Leiden unserer Zeit kann mit Schüßler-Salzen recht erfolgreich angegangen werden. Kalium phosphoricum D6 und Calcium phosphoricum D6 sind die geeigneten Mittel. Dosierung: sechsmal täglich zwei Tabletten im Wechsel. Wenn Nervenschmerzen auftreten, sollte Magnesium phosphoricum D6 als „Heiße Sieben“ eingenommen werden. Wenn Erschöpfung und Schwäche dazukommen, ist Silicea D12 das richtige Mittel. Man nimmt dreimal täglich zwei Tabletten ein.

Ohrenschmerzen

Wenn plötzlich die Ohren zu schmerzen beginnen und man weiß noch gar nicht, welche Art der Erkrankung sich entwickelt, nimmt man die „Heiße Sieben“ ein.

Psychische Probleme

Bei depressiven Stimmungen, Melancholie, Verzagtheit, seelischer Erschöpfung, Antriebsschwäche kann Kalium phosphoricum D6 helfen. Dosierung: stündlich eine Tablette im Mund zergehen lassen.

Schlaflosigkeit

Diese weit verbreitete Zivilisationskrankheit ist sehr häufig eine Folge von zuviel Streß, Hektik und immer neuen medialen Reizen. Schüßler-Salze können helfen. Wenn die Unruhe groß ist, so daß der Schlaf nicht kommen will, nimmt man in jeder der letzten drei Stunden vor dem Schlafengehen zwei Tabletten Silicea D12 ein. Auch Kalium phosphoricum D6 6mal bis 9mal über den Tag verteilt eingenommen, ist eine gute Therapie. Gut bewährt hat sich außerdem die „Heiße Sieben“ kurz vor dem Schlafengehen. Wenn hoher Blutdruck Ursache für Einschlafprobleme ist, empfiehlt sich die Einnahme von Ferrum phosphoricum D12 im Abstand von einer Stunde über den ganzen Tag verteilt. Dies hilft auch bei Kopfschmerzen und Unruhe in den Wechseljahren.

Vergeßlichkeit

Man kann mit Schüßler-Salzen diesem, vor allem im Alter zunehmenden Leiden entgegenwirken. Die Behandlung muß über lange Zeit eingehalten werden. Empfehlenswert ist es, abwechselnd Calcium phosphoricum D6 und Kalium phosphoricum D6 einzunehmen. Die empfohlene Tagesdosis beträgt im allgemeinen sechs bis neun Tabletten, der Wechsel sollte wöchentlich erfolgen.

Wadenkrampf

Diesem schmerzhaften Krampf rückt man mit der „Heißen Sieben“ zu Leibe.

Zahnerkrankungen

Gerade die Zähne sind außerordentlich abhängig vom Mineralhaushalt des Körpers. Deshalb sollten sie auch bei allen Problemen mit einer Schüßlersalz-Therapie unterstützt werden. Bei Zahnschmerzen, die zum Beispiel nach einer Erkältung auftreten, sollte man alle 15 Minuten eine Tablette Ferrum phosphoricum einnehmen. Wenn der Zahnschmerz durch eine Vereiterung

verursacht wird (die Schmerzen nehmen am Abend zu), ist Silicea D12 das richtige Mittel. Alle 15 Minuten eine Tablette im Mund zergehen lassen. Bei streßbedingten Zahnschmerzen (in gesunden Zähnen) nimmt man je drei Tabletten Kalium phosphoricum D6 und Magnesium phosphoricum D6 und löst sie in einem halben Glas heißen Wassers auf. Diese Lösung alle 30 Minuten in kleinen Schlucken einnehmen. Wenn die Backe geschwollen ist, sollte abwechselnd alle 15 Minuten eine Tablette Kalium Chloratum D6 und eine Tablette Silicea D12 eingenommen werden. Zahnschmerzen, die sich durch Wärme bessern, behandelt man mit der viertelstündlichen Einnahme einer Tablette Magnesium phosphoricum D6. Wird es bei Kälte besser, was auf eine Entzündung hindeutet, ist Ferrum phosphoricum D12 das richtige Mittel. Auch hier wird viertelstündlich eine Tablette eingenommen. Zahnweh, das mit Ohrenschmerzen verbunden ist, sollte mit Silicea D12, Kalium chloratum D6 und Natrium chloratum D6 behandelt werden. Dosierung: abwechselnd alle zehn Minuten je eine Tablette einnehmen. Wenn Sie Zahnfleischbluten haben, nehmen Sie am besten sechsmal pro Tag eine Tablette Ferrum phosphoricum D12. Bei einer Zahnfleischentzündung ist die abwechselnde Einnahme von täglich je zwei Tabletten Ferrum phosphoricum D12, Kalium chloratum D6 und Silicea D12 anzuraten.

Der Autor

Sie erreichen Roland F. Claussen unter r.claussen@medizin-welt.info.