

7.
Auflage

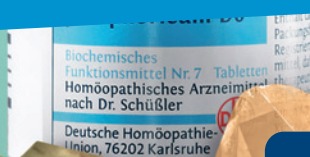
Angelika Gräfin Wolffskeel von Reichenberg

DIE 12 SALZE DES LEBENS

Biochemie nach Dr. Schüßler

- + Alle 24 Haupt-/Ergänzungssalze und Salben
- + Schüßler-Salze-Kuren und diverse Sonderkapitel
- + Umfangreiches Symptomregister von A bis Z

... LESEPROBE ...



**man
kau**

»Mit seiner ausführlichen und kompetenten Aufbereitung erfüllt dieses Buch alle Anforderungen an ein Standardwerk und sollte daher in keiner Behandlerpraxis oder Hausapotheke fehlen.«

Prisma

»Ein Helfer in allen Lebenslagen: Angelika Gräfin Wolffskeel von Reichenberg erläutert allgemein die Mineralsalz-Therapie und gibt viele nützliche Tipps für Beschwerden von A bis Z, auch bei Kindern.«

Für Sie

»In ihrem Ratgeber (...) gibt die Heilpraktikerin Angelika Gräfin Wolffskeel ihren großen Erfahrungsschatz mit Schüßlersalzen preis.«

Frau mit Herz

»In diesem Buch werden die Zusammenhänge sehr klar und verständlich aufgezeigt. Angelika Gräfin Wolffskeel von Reichenberg schreibt umfassend und (...) in überzeugender und kompetenter Weise.«

Ruth Maria Kubitschek

»Das vorliegende Buch sticht wohltuend aus der Masse dieser Bücher heraus (...).«

Hans-Heinrich Jörgensen

Gewidmet allen Menschen,
die sich auf dem
biochemischen Weg
befinden.

Angelika Gräfin Wolffskeel
von Reichenberg

Die 12 Salze des Lebens

Biochemie nach Dr. Schüßler
Ein Ratgeber für Erwachsene und Kinder

Haben Sie Fragen an die Autorin?
Anregungen zum Buch?
Erfahrungen, die Sie mit anderen teilen möchten?

Nutzen Sie unser Internetforum:
www.mankau-verlag.de



Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Angelika Gräfin Wolffskeel von Reichenberg

Die 12 Salze des Lebens

Biochemie nach Dr. Schüßler

Ein Ratgeber für Erwachsene und Kinder

7. Auflage 2015

ISBN 978-3-86374-267-6

(1. Aufl. 2005; 2. Aufl. 2005; 3. Aufl. 2006; 4. Aufl. 2007; 5. Aufl. 2010; 6. überarb. u. erw. Aufl. 2013;
Aufl. 1 bis 4: ISBN 978-3-9809565-3-6, Aufl. 5: ISBN 978-3-938396-65-0, Aufl. 6: ISBN 978-3-86374-086-3)

Mankau Verlag GmbH

Postfach 13 22, D-82413 Murnau a. Staffelsee

Im Netz: www.mankau-verlag.de

Internetforum: www.mankau-verlag.de/forum

Lektorat: Susanne Baronky, Bodenkirchen (1. Aufl.); Barbara Bucerius, Murnau (5. Aufl.);
Herbert Schwinghammer, München (6. Aufl., neue Kapitel)

Endkorrektur: Dr. Thomas Wolf, MetaLexis

Gestaltung Umschlag: Andrea Barth, Guter Punkt GmbH & Co. KG, München

Gestaltung Innenteil: Heike Brückner, Grafikstudio Art und Weise, Lappersdorf

Fotos: Caroline Förster, Würzburg (Porträtfotos von Angelika Gräfin Wolffskeel),
Deutsche Homöopathie-Union, Karlsruhe (Salze-Fotos auf hinterer Umschlag-Innenseite),
Christopher Edwin Nuzzaco - shutterstock.com (S. 17), Robert Emprechtinger - fotolia.com (S. 75),
hxdbzxy-shutterstock.com (S. 85), Chepko Danil Vitalevich - shutterstock.com (S. 105),
Fotowerk - fotolia.com (S. 115), MSAT - fotolia.com (S. 135), Superhasi - fotolia.com (S. 205),
Sergign - fotolia.com (S. 247)

Druck: Westermann Druck Zwickau GmbH, Zwickau / Sachsen

Hinweis des Verlags:

Die Autorin hat bei der Erstellung dieses Buches Informationen und Ratschläge mit Sorgfalt recherchiert und geprüft, dennoch erfolgen alle Angaben ohne Gewähr; Verlag und Autorin können keinerlei Haftung für etwaige Schäden oder Nachteile übernehmen, die sich aus der praktischen Umsetzung der in diesem Buch dargestellten Empfehlungen ergeben. Bitte respektieren Sie die Grenzen der Selbstbehandlung und suchen Sie bei Erkrankungen einen erfahrenen Arzt oder Heilpraktiker auf. Die vorgestellten Therapievorschläge sollen den Besuch beim entsprechenden Facharzt nicht ersetzen, sondern ergänzen.





Inhalt

Zum Geleit <i>von Ruth Maria Kubitschek</i>	9
Vorwort <i>der Autorin</i>	11
Einführung <i>von Hans-Heinrich Jörgensen</i>	13
 I. Grundlagen	 17
Schüßler und seine Zeit	17
Einführung in die Biochemie nach Schüßler	20
Empfehlungen zur Einnahme	27
Allgemeine Empfehlungen zur Ernährung	32
Die biochemischen Mittel im Überblick	37
Die 12 biochemischen Ergänzungsmittel	62
 II. Schwangerschaft und Geburt	 75
Wenn die Frau zur Mutter wird...	75
Biochemie für werdende Eltern	76
Biochemie in der Schwangerschaft	78
Biochemie für die Geburt	79
Biochemie nach der Geburt – Wochenbett – Stillen	81
Biochemie für das Kind	83
 III. Kinderheilkunde	 85
Einführung	85
Symptome von A – Z	87
Flüssigkeitsbedarf und Teemischungen	102
 IV. Entwicklung und Pubertät	 105
Krisenhafte Zeit des Wandels	105
Biochemie nach Dr. Schüßler	111
 V. Wechseljahre	 115
Einführung	115
Biochemie nach Dr. Schüßler	121

Heilkräuter und Tees	126
Weitere Maßnahmen	129
Wechseljahre als Aufbruch	132
VI. Spezifische Krankheitsbilder	135
Entzündungen	135
Fibromyalgie-Syndrom (FMS)	150
Erkrankungen des Nervensystems	156
Osteoporose	176
Eisenmangelanämie	183
Metabolisches Syndrom	190
VII. Kuren mit Biochemie	205
Frühjahrskur	205
Herbst-Winter-Kur	210
Immunkur und Kur bei belastetem Lymphsystem	214
Kur zur Entsäuerung, Reinigung und Entschlackung	220
Biorhythmus-Kur	224
Schönheitskur für Haut und Haare	228
Kur bei Rheuma-Erkrankungen	232
Abnehm-Kur	240
ADHS-Kur	244
VIII. Krankheiten von A–Z	247
Anhang	369
A. Basische Bäder, Wickel, Empfehlungen	369
B. Die 12 biochemischen Salben	371
C. Meridianbürstmassage	373
D. Nierenstärkung	373
E. Reisschleim für Babys und Kinder	374
Zur Autorin	375
Weitere Veröffentlichungen der Autorin	376
Quellenangaben	377
Stichwortverzeichnis	378



Zum Geleit

Ich bin über die Homöopathie, die Naturheilkunde, zur Biochemie nach Dr. Schüssler geführt worden und habe mich sehr dafür interessiert.

Bei Befindlichkeitsstörungen, die jeder Mensch im Laufe seines Lebens erfährt oder erleidet, habe ich immer wieder zu Schüssler-Salzen gegriffen, um das Gleichgewicht im Körper wiederherzustellen und mich gesund zu erhalten.

In diesem Buch werden die Zusammenhänge sehr klar und verständlich aufgezeigt. Angelika Gräfin Wolffskeel von Reichenberg schreibt umfassend und sehr interessant über die 12 Salze des Lebens in überzeugender und kompetenter Weise.

Zürich, im Juni 2005

Ruth Maria Kubitschek,
SchauspielerIn, Buchautorin

Vorwort der Autorin

Als Heilpraktikerin liegt mir die Gesundheit des Menschen schon von Berufs wegen am Herzen. Für mich ist es aber darüber hinaus ein Tag für Tag empfundenes und gelebtes Anliegen, mein Wissen an Interessierte weiterzugeben, damit es auf aufnahmebereite Menschen treffen und dort Frucht tragen möge.

Das Buch möchte Anstoß zu eigenen Überlegungen sein und Mut machen für die Überprüfung des eigenen Lebensstils und Anregungen geben für eventuell notwendige Änderungen der Lebensgewohnheiten. Auch aus meiner umfangreichen Tätigkeit als Lehrbeauftragte und Referentin über die „Salze des Lebens“ sind die Erfahrungen in den vorliegenden Ratgeber eingeflossen, wie ich auch mein Wissen an meine Studierenden weitergebe, die ich in meiner von mir gegründeten Schule „Surya“ auf diesen wunderschönen, wahrhaft heilsamen Beruf des Heilpraktikers vorbereiten darf. Ich möchte dieses praktische Nachschlagewerk für den täglichen Gebrauch verbinden mit einer Einführung in die grundlegenden Gedankengebäude dieses tatkräftigen und in der Entdeckung vorhandener Zusammenhänge und Wirkungsweisen des menschlichen Körpers genialen Arztes und Menschenfreunds Dr. Wilhelm Schüssler.

Ich will verdeutlichen, dass gesundes Leben nur im Einklang mit sich selbst, der Natur und der Umwelt gelingen kann, wie auch im Bewusstsein wechselseitiger Abhängigkeiten.

Aus diesem Bedürfnis heraus ist dieses Buch entstanden, das ich Ihnen, meinen Leserinnen und Lesern, erstmals vor zehn Jahren übergeben habe und das heute bereits in der siebten Auflage vorliegt. Wir haben bereits anlässlich der fünften Auflage viel Zeit in die Überarbeitung insbesondere des Krankheitsregisters investiert, das sich seitdem mit größerer, besser lesbarer Schrift, präziseren Hinweisen und teilweise neuen Empfehlungen präsentiert; seit der sechsten Auflage beschreiben wir mit der Eisenmangelanämie und dem Metabolischen Syndrom zwei weitere wichtige Krankheitsbilder; außerdem empfehle ich weitere wertvolle Kuren mit Schüssler-Salzen.

Auch Ihre dankenswerten Rückmeldungen und meine Erfahrungen der letzten Jahre sind in die Überarbeitung eingeflossen.



Möge mein Buch Sie begleiten auf Ihrem Weg zur vollen ganzheitlichen Gesundheit, die nur erreichbar ist in der Einheit von Körper, Seele und Geist. Wenn mein Ratgeber Ihnen hierbei von Nutzen ist, wäre mein Ziel erreicht.

Gerchsheim, im April 2015

Angelika Gräfin Wolffskeel

Einführung

Was bleibt einem Vorwortschreiber denn eigentlich noch zu schreiben, wenn es der Autorin schon so trefflich gelungen ist, das Thema von der Entstehungsgeschichte bis zur praktischen Nutzenanwendung so umfassend darzustellen, wie es Angelika Gräfin Wolffskeel mit ihrem neuen Buch über Schüsslers Biochemie geschafft hat?

Wir wurden in den letzten Jahren mit einer Fülle von Schüssler-Büchern und -Aufsätzen überschüttet. Bei manchen ist es schade um das verschwendete Papier, weil den Schreibern nichts anderes einfel, als längst Bekanntes wiederzukäuen. Schade auch, weil nur allzu oft sehr fragwürdige eigene individuelle Erfahrungen der Schreiber verfälschend in deren Bücher eingeflossen sind und mehr Verwirrung als Klarheit stiften. Das vorliegende Buch sticht wohltuend aus der Masse dieser Bücher heraus, weil es der Gräfin gelungen ist, bei allen ausführlichen Erklärungen und hilfreichen Therapieempfehlungen stets sachlich und eng an Schüsslers Originallehre angelehnt zu bleiben.

Die Biochemie – so betont auch die Gräfin übereinstimmend mit Dr. Schüssler – will und soll kein homöopathisches Heilverfahren im Sinne der Hahnemann'schen Ähnlichkeitsregel sein. Sie basiert auf den naturwissenschaftlich-rationalen Erkenntnissen über die Physiologie unseres Stoffwechsels, der ohne die essenziellen Mineralien, die Schüssler zu Recht als Funktionsmittel bezeichnete, eben nicht funktionieren kann. Aber schließlich – zunächst von den zeitgenössischen Schulmedizineren verlacht – wurde die Biochemie hundert und mehr Jahre von Homöopathen hochgehalten und von homöopathisch orientierten Herstellern bereitgestellt. Das hat zwangsläufig dazu geführt, dass sich in der biochemischen Literatur ein kunterbuntes Durcheinander von homöopathischen und allopathischen Ergänzungstherapien tummelt.

Seit Langem plädiere ich dafür, dass sich ein kleiner Kreis sachkundiger Biochemiker zusammensetzt und mit Fleiß sortiert, welche Anwendungsempfehlungen aus der Literaturvielfalt denn nun homöopathische oder allopathische sind, und dabei auch diskutiert, welche besser in den Papierkorb wandern sollten. Das Buch der Gräfin Wolffskeel ist ein Schritt voran auf dem langen und mühsamen Weg zu einer solchen Sichtung und Bereinigung. Das immer akribischer ins Detail gehende Arzneimittelrecht der Europäischen Union verlangt eindeutige Aussagen zum Wirkprinzip einer Arznei. Alle Arzneien, die aus Mischungen homöopathischer und pflanzlicher Tinkturen bestanden, sind dem zum Opfer gefallen und aus den Apothekenregalen verschwunden. Auch die seit 130 Jahren bewährte Biochemie muss Farbe bekennen, zu welcher Therapierichtung sie gehören will.

Schüßler war ein faszinierender Beobachter. Von seinen empfohlenen Indikationen muss keine gestrichen werden. Wenngleich der eine oder andere seiner Erklärungsversuche heute als überholt gelten muss, haben seine Therapieempfehlungen ausnahmslos bis heute Bestand. Mehr noch: Sie sind nahezu alle durch moderne Forschungsergebnisse nachvollziehbar. Schüßler war selbst auch stets bemüht, sich an den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen seiner Zeit zu orientieren, und hat dieses Wissen von Auflage zu Auflage in sein Büchlein eingearbeitet. Mit dem heutigen Wissensstand über die Physiologie hätte er manchen Erklärungsversuch sicher anders formuliert. Seinen Schlussfolgerungen tut das keinen Abbruch.

Auch in den eigenen Reihen der Biochemiker flackert seit Schüßlers Zeiten immer wieder die zweifelgeplagte Diskussion auf, ob denn die winzige Stoffmenge einer homöopathischen D 6- oder gar D 12-Potenz wirklich ohne geheimnisvolle Mächte so viel Gutes tun kann. Ausführlich beschäftigt sich Schüßler mit diesen schon damals laut werdenden Zweifeln, ob denn die kleine Gabe ausreiche, um Defizite zu decken. Ich zitiere:

„Die Natur arbeitet nur mit Atomen und Atomgruppen oder Molekülen.“

„Daß verschwindend kleine, unwägbare Stofftheilchen im Organismus wirken können, läßt sich (...) nicht bestreiten (...).“

„Der Gehalt einer Zelle an Mineralstoffen ist verschwindend klein (...). Auch allopathische Mittel sind in kleinen Gaben wirksam.“

„(...) und ein dem winzigen Manco entsprechender Ersatz (...) kann die Resorption (...) bewirken.“

„(...) wie klein darf dann die Magnesia-Gabe sein, mittels welcher man eine Neuralgie curiren will, die durch ein verschwindend kleines Deficit an genanntem Salze in einem winzigen Theile des Nervengewebes bedingt ist?“

Das macht deutlich, dass wir nicht riesige Mengen brauchen, um einem Mangelsymptom zu Leibe zu rücken. Jedes Defizit beginnt mit einem Quäntchen, einem minimalen Defizit – und um dieses zu decken, müssen wir ja nicht den gesamten Tagesbedarf auffüllen, sondern eben nur dieses Quäntchen. Es ist der berühmte kleine, letzte Tropfen, der ein Fass zum Überlaufen bringt, und es ist die winzige kleine Fehlmenge, die – ersetzt – eine Zelle wieder funktionieren lässt. Schüßler hat uns auch nicht auf die heute üblichen Potenzen D 6 und D 12 eingeschworen:

„(...) möge jeder Arzt, der biochemische Mittel anwenden will, nach seinem Ermessen die Dosis wählen.“

Ausweislich seines Schriftwechsels mit seiner Lieferapotheke hat er selbst oft auch mit tieferen Potenzen gearbeitet. Hier stellt sich tatsächlich angesichts der heute ausgeprägten Versorgungslücken die Frage, ob wir nicht mit tieferen Potenzen und damit höheren Mengenkonzentrationen manchmal besser fahren würden.

Immer wieder macht Schüßler deutlich, dass die homöopathische Aufbereitung nicht dem homöopathischen Signalprinzip dient, sondern lediglich der besseren Bioverfügbarkeit:

„Alle in Wasser unlöslichen Stoffe müssen bis auf mindestens die sechste Stufe der decimalen Verdünnungs-Scala gebracht werden; die in Wasser löslichen können auch in niedrigeren Verdünnungen durch die erwähnten Epithelzellen treten.“

Wenn wir uns frei machen von der irritierenden Vorstellung (die er mit seinem Rachitis-Beispiel provoziert hat), es müsse jeweils das gleiche Salz sein, das in kleiner Menge die Bewegung der großen Menge anstößt, dann hat Schüßler fast prophetisch vorhergesagt, was Physiologie und Neurophysiologie erst seit ca. 30 Jahren wissen, dass nämlich die verschiedenen Salze sich gegenseitig beeinflussen und in ihrer Bewegung steuern.

„(...) kann aber (...) in der zwischen den Zellen befindlichen Ernährungsflüssigkeit ein Deficit an einem Salze mit consecutiver (nachfolgender) Störung der Molekularbewegung vorhanden sein. Diese Störung kann den Eintritt eines Ergänzungssalzes aus dem Blute in die betreffenden Interzellularräume verhindern.“

Wir wissen heute, dass eine winzige Menge Magnesium als Kern der „Kalium-Natrium-Pumpe“ (ATPase) große Mengen Kalium in die Zelle hinein- und Natrium aus der Zelle hinausbefördert und dadurch das Ruhepotenzial der Nerven aufbaut. Wir wissen, dass eine winzige Menge Calcium an der Zellmembran deren Durchlässigkeit steuert und damit den Zusammenbruch der nervlichen Stabilität verhindert. Wir wissen, dass die Umsetzung eines Nervenimpulses in Muskelarbeit an der motorischen Endplatte durch die Freisetzung winziger Calciummengen vermittelt wird und durch ebenso winzige Magnesiummengen verhindert werden kann. Allein die Anwesenheit winziger Mengen freier Eisen-Ionen ermöglicht der Fresszelle erst das Killen eines Bakteriums.

Die Übertragung eines Nervenimpulses am Ranvier'schen Knoten geschieht durch Natrium-Ionen in einer Größenordnung, die der Potenz D 18 entspricht. Eine Tablette unseres Salzes Nr. 8 (Natrium chloratum D 6) reicht also, um rund 250 Milliarden Nervenimpulse weiterzuleiten. Damit kann man schon eine ganze Menge bewegen.

Zweifelsohne ist die Biochemie ein Regulationsverfahren – aber nicht mit Hilfe geheimnisvoller Informationssysteme, sondern ganz materialistisch und naturwissenschaftlich erklärbar. Wenn wir uns von diesem „materialistischen“ Weltbild lösen wollen, lösen wir uns von Dr. Schüßler.

Die Biochemie ist modern geworden. Naturheilkundliche Zeitschriften, Frauen-Magazine und Illustrierte haben sich des Themas bemächtigt. Sie haben das wachsende Interesse der Bevölkerung nach Information über die Möglichkeiten der Selbstmedikation erkannt. Der fatale politische Irrtum, wirksame und unschädliche Arzneien dem Patienten nicht mehr zu Lasten der Sozialversicherung zukommen zu lassen, haben dieses Interesse zusätzlich angefacht. Mit der Biochemie haben die Menschen eine nebenwirkungsfreie und preiswerte, zudem hoch wirksame Möglichkeit, sich bei unendlich vielen Unpässlichkeiten des täglichen Lebens selbst zu helfen. Eigenverantwortlichkeit ist auch in der Medizin gefragt.

Das zeigt sich ebenfalls in den vielen beim Biochemischen Bund Deutschlands eingehenden Fragen zur Biochemie, die trotz des vielfältigen Literaturangebotes dort keine Beantwortung fanden. Der Gräfin Wolffskeel – uralter fränkischer Adel, politisch, ökologisch, künstlerisch und kulturell in ihrer Heimatregion bemerkenswert aktiv – ist es gelungen, viele dieser Fragen auf den Punkt zu bringen und schlüssig und allgemein verständlich zu beantworten. Ein Grund mehr, dem Buch eine weite Verbreitung zu wünschen.

Großenkneten, im Juni 2005

Hans-Heinrich Jörgensen (†),

1. Vizepräsident des Biochemischen Bundes Deutschlands e.V. bis 2014



Schüßler und seine Zeit

Im 18. und 19. Jahrhundert führten grundlegende Erkenntnisse in den Naturwissenschaften zu einem neuen Denken und damit zu veränderten, neuen Konzeptionen in der Medizin. Diese haben bis heute nichts an Bedeutung verloren.

Die Zeit war geprägt von einer Abkehr der bis dahin herrschenden naturphilosophischen Betrachtungsweise des Menschen und der Krankheiten – hin zu einer naturwissenschaftlich begründeten Medizin. Demnach sind Veränderungen, die das so genannte innere Milieu eines Organismus – das heißt die biochemischen Abläufe in den Zellen – stören, maßgeblich an der Entstehung von Befindlichkeitsstörungen bzw. Krankheiten beteiligt.

In dieser Zeit lebte auch der Arzt Dr. Wilhelm Heinrich Schüßler, Begründer der Biochemie. Zeitgenossen waren unter anderem der Chemiker und Mikrobiologe Louis Pasteur, der Bakteriologe Robert Koch, der Pathologe Rudolf Virchow sowie der Arzt Samuel Hahnemann, Begründer der Homöopathie.

Sein Lebensweg

Wilhelm Schüßler wurde am 21. August 1821 in Bad Zwischenahn im Großherzogtum Oldenburg geboren. Weil seinen Eltern die Mittel fehlten, war ihm zunächst der Zugang zur Universität verwehrt. Er lernte deshalb im Eigenstudium Sprachen und verdiente sich damit als Hauslehrer seinen Lebensunterhalt. Im Alter von 30 Jahren konnte er mit dem Medizinstudium beginnen. Er studierte zunächst ein Jahr in Paris. Die dortige Universität hatte zu dieser Zeit einen besonders guten Ruf. Weitere Studienjahre folgten in Berlin, Gießen und Prag. Hier widmete er sich schon intensiv der Homöopathie. Samuel Hahnemann lebte zu dieser Zeit noch. Hahnemann war mit seiner Heilweise sehr umstritten. Obwohl die damalige Schulmedizin die Homöopathie stark bekämpfte, erfuhr sie in der Bevölkerung wegen ihrer Heilerfolge großen Zuspruch.

Als homöopathisch arbeitender Arzt eröffnete Schüßler 1858 in Oldenburg seine eigene Praxis. Damals waren etwa 700 verschiedene homöopathische Arzneien bekannt. Durch die beginnende naturwissenschaftliche Erkenntnis, dass Mineralstoffe für den Zellstoffwechsel und die Krankheitsentstehung eine sehr große Bedeutung besitzen, begann Schüßler, sich mit den in der Homöopathie gebräuchlichen Mineralstoffen vermehrt auseinanderzusetzen.

Dr. Wilhelm Heinrich Schüßler (1821–1898)

- | | |
|------|---|
| 1821 | Geburt von Wilhelm Heinrich Schüßler in Bad Zwischenahn (Großherzogtum Oldenburg) am 21. August |
| 1853 | Beginn des Medizinstudiums in Paris |
| 1854 | Studium in Berlin |
| 1855 | Promotion zum Dr. med. in Gießen. Anschließend Fortsetzung des Studiums an der Universität Prag |
| 1857 | Nachträgliches Abitur am Alten Gymnasium in Oldenburg |
| 1857 | Medizinisches Staatsexamen in Oldenburg am 28. Juli und 12. August |
| 1858 | Zulassung Dr. Schüßlers als Arzt, Wundarzt und Geburtshelfer am 2. Januar. Erste Wohnung und Praxis in der Kurwickstraße, Oldenburg |
| 1872 | Beginn der Arbeiten am Buch „Eine Abgekürzte Therapie“ |
| 1873 | Erster Artikel mit dem Titel „Eine abgekürzte homöopathische Therapie“ in der „Allgemeinen Homöopathischen Zeitung Nr. 12“ |
| 1874 | Erscheinen der 1. Auflage von „Eine Abgekürzte Therapie“ |
| 1885 | Gründung des ersten Biochemischen Vereins in Deutschland durch Rechnungsrat August Meyer in Oldenburg. Damit Beginn des biochemischen Vereinswesens |
| 1898 | Tod Dr. med. Wilhelm Heinrich Schüßlers am 30. März |

So untersuchte er die Asche Verstorbener und erkannte dadurch Zusammenhänge zwischen der jeweiligen Todesursache und dem Mangel an bestimmten lebensnotwendigen anorganischen Salzen (Mineralien). Seine Forschungen führten ihn zu der Erkenntnis, dass 12 Mineralstoffe besonders wesentliche Funktionen ausüben. Diese setzte er dann in homöopathisch potenzierte Form (siehe Einführung in die Biochemie nach Schüssler – Funktionsmittel, S. 24) erfolgreich bei seinen Patienten und deren Behandlung ein. Nicht selten wurde Schüssler nachts von Patienten aufgesucht, die sich möglichst unerkannt einem „anders“ arbeitenden Arzt anvertrauen wollten.

In Oldenburg behandelte er in den nächsten Jahren allein 1.000 diphtheriekrankte Kinder, von denen viele von Schüsslers Kollegen schon aufgegeben worden waren. Sein Wartezimmer war von frühmorgens bis spät in die Nacht mit Patienten gefüllt. Er hatte ca. 11.000 bis 12.000 Patienten pro Jahr. Die vielen Heilerfolge mit 12 Mineralsalzen ermutigten ihn, im Jahre 1874 seine erste kleine Broschüre mit dem Titel „Eine Abgekürzte Therapie“ zu veröffentlichen. Hierin drückte er seine feste Überzeugung aus, dass durch diese 12 Mineralsalze „alle Krankheiten, welche überhaupt heilbar sind, geheilt werden können.“ Trotz vieler Skepsis seitens der Kollegen, auch der homöopathisch tätigen, verbreitete sich die Behandlung mit den „biochemischen Funktionsmitteln“ rasend schnell. Das führte dazu, dass diese Veröffentlichung bald in alle bedeutenden Sprachen übersetzt wurde. Es folgten weitere Veröffentlichungen bis zu seinem Tod am 30. März 1898.

Sein Vermächtnis an die Nachwelt besteht vor allen Dingen in der von ihm vertretenen ganzheitlichen Heilweise, die auf die Funktionen und Lebensvorgänge des menschlichen Organismus wirkt. Damit hilft er den Menschen bis heute, sich gesund zu halten, und gibt wertvolle Ratschläge bei der Behandlung von Befindlichkeitsstörungen bzw. Krankheiten. Diesem Ziel soll auch der vorliegende Ratgeber dienen.

Der erste biochemische Verein entsteht

Sein Freund August Meyer, Rechnungsrat bei der Eisenbahn, betrachtete mit großem Missfallen das Desinteresse der ärztlichen Kollegen von Dr. Schüssler an der Biochemie. Nach langen endlosen Verhandlungen gelang es ihm, Dr. Schüssler zu überreden, die biochemische Heilweise in Laienkreisen bekannt zu machen. Daraufhin wurden in ganz Deutschland Vereine gegründet. Diese hatten insgesamt mehrere zehntausend Mitglieder. Das neue und wichtige Verbreitungsmedium der damaligen Zeit war die Eisenbahn, sodass nicht zuletzt über deren Bedienstete die neuen Ideen an die Menschen in ganz Deutschland herangebracht werden konnten. So entstand 1885 der erste Biochemische Verein in Oldenburg, der heute noch existiert.

Nach dem Zweiten Weltkrieg erfuhr das biochemische Vereinswesen einen dramatischen Niedergang. Heute finden jedoch wieder vermehrt Menschen den Weg in die biochemischen Vereine, weil sich ihr Bewusstsein nach einer sanften und naturgemäßen Medizin sehnt.

Einführung in die Biochemie nach Schüßler

Das Lehrgebäude Dr. Schüßlers baut zunächst auf drei bereits damals bekannten Grundsätzen auf:

1. Die kleinste Lebeenseinheit ist die Zelle.
2. Das Wesen der Krankheit ist die pathogen (krankhaft) veränderte Zelle (Virchow).
3. Gesund bleiben kann der Mensch nur, wenn er die nötigen Mineralstoffe in der erforderlichen Menge und im richtigen Verhältnis besitzt (Moleschott).

Aus diesem Wissen heraus entwickelte Schüßler dann seine eigenen Lehrsätze:

1. **Lehrsatz:** „Alle Krankheiten entstehen durch einen Mangel an bestimmten lebensnotwendigen Mineralstoffen in der Zelle.“
2. **Lehrsatz:** „Durch Zuführung der fehlenden Mineralsalze tritt die Heilung ein“ (durch Moleschott angedeutet).
3. **Lehrsatz:** „Die Zuführung der Mineralstoffe darf nur in allergeringsten Mengen erfolgen.“
4. **Lehrsatz:** „Die Zuführung der fehlenden Stoffe muss in solch einer Verdünnung erfolgen, dass der Übertritt des funktionssteigernden Salzes unmittelbar durch die Schleimhäute in Mundhöhle, Schlund und Speiseröhre direkt ins Blut erfolgen kann.“

Bedeutung von Mineralstoffen im Stoffwechsel

Für jeglichen Stoffwechsel lebender Wesen sind Mineralstoffe ein lebensnotwendiger Bestandteil. Mineralstoffe nach Schüßler sind keine Mineralien im üblichen Sinne, wie wir sie in Lebensmitteln (z. B. Mineralwasser) finden. Im menschlichen Körper treten Mineralien zum einem als Feststoffe auf (z. B. Calcium als Kalk in den Knochen), zum anderen in den Körperflüssigkeiten in Form von Ionen. Diese werden für viele Vorgänge im Körper benötigt.

Da die Mineralstoffe im Organismus für lebenswichtige Funktionen notwendig sind und durch ihre spezifische Gabe gestörte Funktionen wieder in Gang bringen, spricht man bei diesen Arzneien in potenziierter Form auch von biochemischen „Funktionsmitteln“ oder von den „Salzen des Lebens“ (bios = Leben). Diese Mineralsalze können, da sie „anorganisch“ sind, nicht vom Körper hergestellt werden. Der Organismus ist unbedingt auf ihre Zufuhr von außen angewiesen.

Aufgrund der Erkenntnisse seines Lehrgebäudes und seiner Lehrsätze wurde Schüßler klar, dass die normale Tätigkeit der Zelle von einem normalen Gehalt an anorganischen Salzen abhängt. Er übertrug diese Erkenntnisse auf die Medizin und schloss daraus, dass

die Ursache von Krankheiten in einem abweichenden Mineralgehalt, insbesondere einem Mineralstoffmanko läge. Im Krankheitsfall müssen dementsprechende Mineralsalze zugeführt werden.

Von anderen Therapien mit Mineralstoffen unterscheidet sich die Schüßler'sche Therapie jedoch in einem ganz wesentlichen Punkt: der Dosierung. Während man üblicherweise einen Mineralstoffmangel durch hohe Dosen auszugleichen versucht (Substitution), wählte Schüßler einen anderen Weg: Durch Gabe der Mineralsalze in potenziierter Form (s. Absatz „Funktionsmittel“) wird ein sanfter Reiz ausgeübt, der die Zellen dazu anregt, die lebensnotwendigen Mineralsalze vermehrt aus der Nahrung aufzunehmen und diese richtig zu verteilen. Dies ist notwendig, da auch bei ausreichender Mineralstoffzufuhr von außen lokale Defizite auftreten können.

Wenn z. B. Transportvorgänge an der Zellmembran (Zellhülle) gestört sind, ist trotz Überfluss im Blut ein Mineralstoffmanko in der Zelle möglich. Hier können die biochemischen Mineralsalze Abhilfe schaffen, indem sie eine Signalfunktion an der Zellmembran ausüben. Die biochemischen Funktionsmittel wirken also nicht durch ihre Masse (Quantität), sondern durch ihre Qualität. Schüßler spricht hier auch davon, dass durch die Gabe der biochemischen Mineralsalze gestörte Molekularbewegungen geregelt werden. So kann eine gestörte Verteilung von Mineralstoffen ausgeglichen werden.

Wir wissen heute, dass z. B. Mangel an Eisen, Magnesium, Calcium usw. für Befindlichkeitsstörungen oder sogar Krankheiten verantwortlich sein kann. Dabei sprechen wir von so genannten „Mangelercheinungen“. Liegt ein Mangel vor, muss durch Zufuhr des entsprechenden Minerals, z. B. in Form von Eisentabletten, der körpereigene Speicher wieder aufgefüllt werden. Oftmals genügt es dann nicht alleine, das entsprechende Mineralsalz zuzuführen; denn auch bei ausreichendem Vorhandensein eines Mineralstoffes kann es im Körper zu lokal begrenzten Verteilungsstörungen oder auch zu einem Mangel an aktiv verfügbaren Mineralstoffen kommen.

Die aus den (nicht denaturierten) Lebensmitteln aufgenommenen Mineralien dienen als Baustoffe und bilden die mineralische Grundlage für den Körperaufbau und die Stoffwechselprozesse der Zellen. Die Natur macht aus den anorganischen Mineralstoffen des Bodens über das Wachstum der Pflanze, mit Hilfe der Photosynthese, organische Mineralien. Die normale Funktion der Zelle wird durch richtige Ernährung gewährleistet. Die Zellnahrung wird durch den Blutstrom an die Zelle gebracht.

Vieles von dem, was Schüßler zu seiner Zeit praktisch erfahren hat, wird heute mit Hilfe der neuen Kenntnisse aus der physiologischen und biologischen Chemie verständlich.

Umgekehrt können natürlich deren Erkenntnisse genutzt werden, um neue Einsatzgebiete der Schüßler-Salze zu erschließen. Eine Therapie mit Mineralstoffen und Spurenelementen ist in der Zwischenzeit medizinischer Alltag.

Wir leben nicht von dem,
was wir essen, sondern von dem,
was wir verdauen.

Dr. Otto Kreitner

Krankheitsursachen nach Schüßler

Krankheiten können nach Schüßler verschiedene Ursachen haben. Zum einen kann ein Mangel an einem bestimmten Mineralstoff vorliegen, der auf Verteilungsstörungen zurückzuführen ist. Zum anderen mag es sich um eine Selbstvergiftung der Zelle handeln. Darüber hinaus gibt es krankmachende Faktoren, die direkt auf die Zelle und den Zellstoffwechsel einwirken:

- elektrischer (physikalischer, pathologischer) Reiz (Elektrosmog, Wasseradern usw.),
- mechanischer Reiz (Verletzung, Riss, Stich usw.),
- physikalischer Reiz (Kälte, Hitze usw.),
- Zivilisationstoxine (Treibhausgas, Smog usw.),
- chemischer Reiz (Säure, Laugen usw.),
- toxischer Reiz (Erreger wie Bakterien, Viren, Pilze, Parasiten usw.),
- aus der Umwelt (Formaldehyd, Autoabgase, Färbemittel usw.);
- Medikamente: Impfungen, Antibiotika, Hormone, Cortison, Psychopharmaka, Hypertonika usw.

Diese verschiedenen Einflüsse können die Zelle daran hindern, die erforderliche Nahrung aufzunehmen. Die Folge davon ist: Der Stoffwechsel wird gestört. Führen wir z. B. bei Krämpfen den fehlenden Mineralstoff, z. B. Magnesium phosphoricum, direkt über das Blut zu und regen damit die Entkrampfung der Zellen an, erfolgt als unmittelbares Ergebnis die Heilung.

Dazu Dr. Schüßler: *„Gesundheit ist das quantitative Gleichgewicht der einzelnen Mineralsalze, Krankheit entsteht erst durch das Ungleichgewicht dieser Mineralsalze.“*

Homöopathie – Gemeinsamkeiten und Unterschiede

Gemeinsam haben die Biochemie nach Schüßler und die Homöopathie das Bestreben, mit Hilfe von Heilmitteln natürlichen Ursprungs die Gesundheit von Menschen zu fördern und Krankheiten ganzheitlich zu behandeln. Die Herstellung durch homöopathische Potenzierung (s. Absatz „Funktionsmittel“) ist beiden Behandlungsformen im Grundsatz gleich. Während in der Homöopathie neben den Niederpotenzen bis D 10 auch Mittel- und Hochpotenzen ab D 30 zu finden sind, arbeitet die Biochemie nach Schüßler in der Regel mit den Potenzstufen D 6 und D 12. Ein weiterer Unterschied besteht schon im Grundsatz der Mittelwahl. Während bei der Behandlung mit den Schüßler-Salzen biochemische Funktionsmittel zugeführt werden, um einen durch fehlende Mineralstoffe bedingten Mangel auszugleichen, wird in der Homöopathie die



Nr. 2 Calcium phosphoricum ($\text{CaHPO}_4 \cdot 2\text{H}_2\text{O}$)

Das Salz für Knochen und Zähne | **Regelpotenz: D 6**

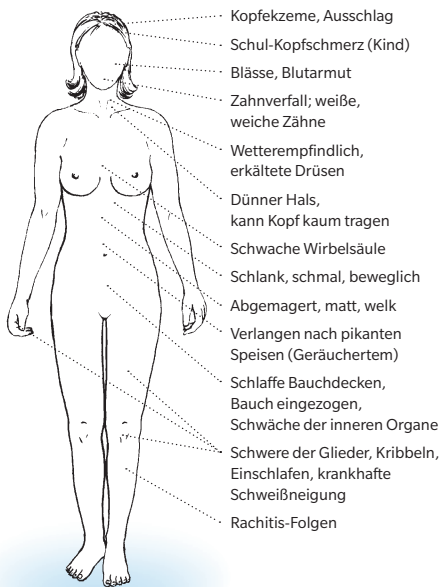
Phosphorsaurer Kalk findet sich im menschlichen Körper vorwiegend in den Zähnen und Knochen. Salz Nr. 2 dient der Membran-(Zellhüllen-)Stabilisierung der Zellen (z. B. bei Allergien, Katarrhen). Es ist das wichtigste Aufbau- und Kräftigungsmittel und dämpft übersteigerte abbauende Stoffwechselprozesse.

Die Knochen enthalten bis zu 85 % ihres Gewichts Calcium phosphoricum. Es kommt in allen Zellen, insbesondere in den Zellkernen, Blutzellen, Ei- und Samenzellen, in vielen inneren Drüsen wie Leber, Speicheldrüse, Schilddrüse usw. und in den Schleimhäuten vor.

Salz Nr. 2 bildet und beeinflusst das Gewebe und die Körperflüssigkeiten in den Zellen. Entsprechend seines Vorkommens im Organismus wirkt es auf den Eiweißaufbau in den Zellen und die Zellneubildung, besonders der Knochen. Es stabilisiert die Zellhüllen. Sein Fehlen führt daher zu Störungen in den Erneuerungs- und Aufbauvorgängen. Durch die Sicherung der auf stabilen Membranen basierenden Transportmechanismen wird der Energiehaushalt ausgeglichen und aufrechterhalten. Calcium phosphoricum unterstützt somit die Energiespeicherung, die Aktivierung der Natrium-Kalium-Pumpe, die Rekonvaleszenz (Genesungsphase nach überstandenen Krankheiten) und fördert Knochenbildung und Zahnung. Zudem normalisiert dieses Mineralsalz den Muskeltonus und fördert Blutbildung und Wundheilung. Es ist ein wichtiges Mittel in der Schwangerschaft.

Nach Dr. Schüssler ist Calcium phosphoricum ein „Funktionsmittel für anämische Zustände und Restaurationsmittel der Gewebe nach Ablauf akuter Krankheiten.“

Mangel an diesem Mineralsalz führt zu Störungen in den Erneuerungs- und Aufbauvorgängen. Bemerkbar im Knochenstoffwechsel z. B. bei Osteoporose, schlecht heilenden Knochenbrüchen, in der Muskelfunktion, z. B. Schwäche, Krämpfe, auch bei vielen vegetativen Störungen, z. B. Nervosität, Schlafstörungen, Herzklopfen, Hitze wallungen – auch im Klimakterium –, Schweißausbrüche, Wetterföhligkeit, Schwäche und Erschöpfungszustände, Überanstrengungskopfschmerz, Schulkopfschmerz, niedriger Blutdruck, Blutarmut, oder auch bei Arteriosklerose, vergrößerten Rachenmandeln, häufigem Erbrechen,



Woran sind Mängel erkennbar?

Haut	hohe Schweißneigung mit eiweißartiger Krustenbildung, kühle Haut mit Kribbelgefühl und eingeschlafenen Extremitäten, blutarm, blass, wächsern aussehend
Absonderungen	Fleischwasser-ähnlich, wie rohes Hühnereiweiß, nicht scharf, glasig milchig; vertrocknen an der Oberfläche zu weiß-gelblichen Krusten
Zungenbeläge, Zunge	Zunge pelzig, durchscheinend weißlich belegt, Geschmack süßlich
Augenregion	Augenbrille, käsig wächsern; bei einem Mangel an Calcium phosphoricum sollte auch Kalium chloratum (Nr. 4) eingenommen werden.
Schleimhaut	chronische Schleimhautkatarre, Schuppen und Flechten
Gesicht	wächserner Ton der Stirn- und Nasenpartie, später auf dem ganzen Gesicht (wie Figur aus dem Wachfigurenkabinett)
Ohren	wachsgelbe Ohren

schwacher Verdauung, Menstruationsbeschwerden, Allergien, Neigung zu Nasenbluten, Wadenkrämpfen, Hautjucken im Alter.

Anwendung

Calcium phosphoricum wirkt langsam und sollte daher stets über einen längeren Zeitraum genommen werden. Aufgrund des Calcium-Anteils und der energiezuführenden Phosphat-Komponente wird es vorwiegend morgens gegeben. Als Aufbaumittel wird es häufig mit Calcium fluoratum (Nr. 1) oder Silicea (Nr. 11) kombiniert. Magnesium phosphoricum (Nr. 7) ergänzt die Wirkung besonders bei gesteigerter Erregbarkeit von Muskeln und Nerven.

Das Mittel passt besonders für blasse, blutarme Menschen mit kränklichem Aussehen. Es ist besonders häufig bei Kindern und Frauen angezeigt. Es gilt als das wichtigste Aufbausalz der Biochemie nach Dr. Schüssler und ist ein bewährtes Nerven-, Beruhigungs- und Kräftigungsmittel. In Verbindung mit Natrium chloratum (Nr. 8) ist es außerdem das Mittel für die Rekonvaleszenz.

Einflüsse auf die Wirkung

Verschlechterung bei Ruhe und Wärme. Besserung bei Bewegung und Kühle.

Nr. 3 Ferrum phosphoricum ($\text{FePO}_4 \cdot 4\text{H}_2\text{O}$)

Das Salz für das Immunsystem | **Regelpotenz: D 12**

Eisen ist der wichtigste Bestandteil des Blutfarbstoffs Hämoglobin und des Myoglobins (roter Muskelfarbstoff) und wirkt als Sauerstoffüberträger. Phosphorsaures Eisen ist besonders vorhanden in allen Muskelzellen, im Blut, in einer Reihe innerer Organe, wie z. B. Gehirn, Leber (das blutreichste Organ unseres Körpers), Milz, Knochenmark, Darmwandung und Darmzotten und in vielen Drüsen mit innerer Sekretion, wie z. B. Schilddrüse, Bauchspeicheldrüse oder Enzymen.

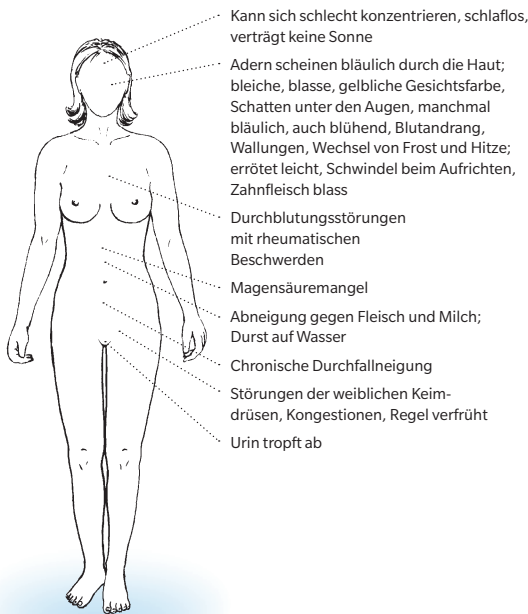
Das in den roten Blutkörperchen enthaltene Eisen nimmt bei der Einatmung Sauerstoff aus der Luft auf, um ihn allen Geweben des Körpers zuzuführen. Fehlt das Eisen, so tritt eine Erschlaffung der Muskeln ein. Die Hauptanwendungsgebiete von Ferrum phosphoricum können nicht unmittelbar (wie etwa bei den Kalkmitteln Calcium fluoratum (Nr. 1) und Calcium phosphoricum (Nr. 2)) aus seinem Vorkommen im Organismus abgeleitet werden; es wurde vielmehr aus den eigenen therapeutischen Erfahrungen von Schüssler entwickelt.

Ferrum phosphoricum spielt in der Infektabwehr eine wichtige Rolle und ist das Hauptmittel für alle plötzlich auftretenden akuten Gesundheitsstörungen, also auch für die Erste Hilfe einsetzbar. Anwendung findet es bei allen entzündlichen Erkrankungen in der ersten

Entzündungsphase (trockener Schwellungskatarrh ohne Sekretion), bei akutem Fieber (bis 39°C) und Schmerzzuständen.

Bei allen Verletzungen wie Quetschungen, Stauchungen, Schnitt- und Schürfwunden oder bei Verletzungen der Weichteile lindert es die akuten Beschwerden und vermindert die Blutung (bei Verbrennungen wird vorwiegend Natrium chloratum (Nr. 8) benötigt). Über längere Zeit eingenommen, beeinflusst es auch die Wundheilung.

Mangel an diesem Mineralsalz führt zu folgenden Symptomen: Konzentrationsstörungen, leichte Ermüdung, wenig Widerstandskraft, Neigung zu Entzündungen, fieberhafte Infekte, Blutarmut, Durchblutungsstörungen; klopfende, pochende und pulsierende Schmerzen;



Woran sind Mängel erkennbar?

Augenregion	Ferrum-Schatten, oft als „Ränder unter den Augen“ bezeichnet. Dieser zieht von der Nasenwurzel aus unter dem Auge entlang; je länger und dunkler der Strich, desto stärker ist der Mangel. Nach großer Anstrengung oder kurz vor Fieberausbruch ist auch eine Hohläugigkeit sichtbar.
Absonderungen	blutige Wunden
Zungenbeläge	rein, rötlich besonders die Zungenränder, in akuten Fällen oft trocken und am Zungengrund schon weißlich belegt, Zunge sehr rot, Geschmack nach faulen Eiern
Gesicht	Ferrum-phosphoricum-Mangel zeigt sich in der Ferrum-Röte, die fühlbar mit Hitze verbunden ist. Diese wird durch Blutüberfülle hervorgerufen. Man findet sie zuerst auf der Stirn, dann auf den Wangen (Fieberwangen) und an den Ohren.
Ohren	Z. B. nach geistiger Anstrengung kann Röte auftreten.
Haut	Entzündungen und rote Pickel der Gesichtshaut weisen auf einen Ferrum-phosphoricum-Mangel hin.
Augenlider	Schatten innen und unten

rheumatische Beschwerden und Muskelkater, Magenschleimhautentzündung und beginnender Durchfall oder auch Verstopfung.

Anwendung

Ferrum phosphoricum wird besonders als Akutmittel bei Infekten, Überanstrengungen und Verletzungen sowie in frühen Phasen einer entzündlichen oder fieberhaften Erkrankung (z. B. Kinderkrankheit) eingesetzt. Es kann auch vorbeugend eingenommen werden, um Widerstandskraft und Leistungsfähigkeit des Körpers zu stärken (z. B. Sportler) und um Infektionen (vgl. Kap. VII. – Herbst-Winter-Kur) zu vermeiden. Bei Durchblutungs- und Wundheilungsstörungen, Konzentrationsstörungen und in der Rekonvaleszenz wird es über einen längeren Zeitraum gelutscht. Ferrum phosphoricum unterstützt die arterielle Komponente des Blutkreislaufes.

Die Einnahme erfolgt vorwiegend morgens. In akuten Fällen auf die „heiße“ Version mit jeweils 10 Tabletten zurückgreifen.

Einflüsse auf die Wirkung

Verschlechterung bei Wärme und Ruhe, bei Kopfschmerzen durch Gefäßerschaffung; bei Wärme und Bewegung mit Blutandrang (Kongestion).

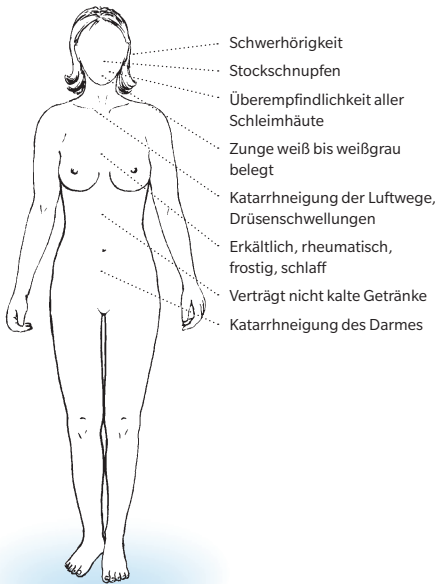
Besserung bringen Kälte und Ruhe bei Kongestionen; Kälte und Bewegung bei Kopfschmerzen durch Gefäßerschaffung.

Nr. 4 Kalium chloratum (KCl)

Das Salz für die Schleimhäute | **Regelpotenz: D 6**

Chlorkalium findet sich in einer großen Zahl von Körperzellen: in den Gehirnzellen, Nerven- und Muskelzellen und in den roten Blutkörperchen. Es regt den Zellstoffwechsel an und steht in engster Beziehung zum Faserstoff Fibrin. Kalium chloratum ist das Hauptlymphmittel mit Bezug zu Haut und Schleimhaut. Es spielt eine wichtige Rolle bei Katarrhen und Entzündungen mit weiß-grauen und zähen Sekreten.

Kalium chloratum ist das Mittel der zweiten (subakuten) Entzündungsphase. Diese setzt gewöhnlich ca. 3 – 4 Tage nach Beginn der Erkrankung ein (bei primär chronisch verlaufenden Infektionen oder entzündlichen Erkrankungen oft auch erheblich später). Diese Phase ist gekennzeichnet durch sich schwer lösende schleimige Absonderungen, Ausschwitzungen und entzündliche Schwellungen der Gewebe- und Lymphknoten. Bei Schwellungen durch Wassereinlagerungen (Ödeme) wird Natrium sulfuricum (Nr. 10) eingesetzt. Kalium chloratum ist ein ganz wichtiges Entgiftungsmittel. Es regt den Stoffwechsel (Zellstoffwechsel) und die Drüsentiätigkeit an (Wob-Enzym der Biochemie). Es ist gut geeignet, um Belastungen durch Umwelt- und Genussgifte, Chemikalien und Arzneimittel vorzubeugen.



Mangel an diesem Salz kann sich unterschiedlich äußern: Entzündungen mit leichtem Fieber, Blutverdickung (Thrombosegefahr), Schwerhörigkeit, Neigung zu Übergewicht, Drüsenschwellungen, Schleimhauterkrankungen, wie z. B. Katarrhe mit weißlichen, zähen Schleimhautabsonderungen, Stockschnupfen, Husten (mit Schleimtrasseln), Asthma, weißer Zungenbelag, fadenziehender Schleim und Speichel, Mundausschlag, Hautausschläge mit mehligem Belag, Darm- und Magenschleimhautentzündung, Lymphknotenschwellungen, chronische Gelenkleiden, Muskelschwäche, Sehnerkrankungen, neuralgische Schmerzen.

Anwendung

Generell sollte bei allen subakuten und entzündlichen (Infektions-)Krankheiten (Schnupfen, Kehlkopfentzündung, Bronchitis, Mittelohrentzündungen) an eine Unterstützung durch dieses

Woran sind Mängel erkennbar?

Haut	mehlartige Beläge, weißgraue Schuppen
Absonderungen	weißlich, klebend, z. B. am Gaumenzäpfchen
Zungenbeläge	milchig, weißlich oder weiß-grau, vor allem Zungenwurzel, jedoch nicht schleimig
Augenregion	gereizte Lidränder und Schleimhäute, ständige Bindehautreizung, untere und obere Augenlider milchig, manchmal auch rot-blau, gerötete Augenlider
Lippen	An der Oberlippe kann es hell wie ein „Milchbart“ schimmern.
Blutungen	Blut ist schwärzlich, dick, zäh und klumpig.
Gesicht	Couperose (erweiterte Äderchen) im Bereich der Wangen; milchig-bläulicher Farbton, kann sich über das ganze Gesicht ziehen („Alabasterstatue“)

Salz gedacht werden. Beschwerden nach Sportverletzungen oder Überanstrengungen der Gelenke, Bänder und Sehnen, die sich oft 3 – 4 Tage nach dem akuten Ereignis einstellen, sprechen meistens sehr gut auf Kalium chloratum an.

Wegen seines Bezugs zum Schleimhautsystem ist es auch ein Mittel, welches wir zum Schutz vor Elektrosmog einsetzen können. Es ist Teil der Impfvorbeugung (siehe Kap. III. Kinderheilkunde).

Einflüsse auf die Wirkung

Verschlechterung bei Bewegung, in der Kälte, bei Aufregung, Ärger oder fetten Speisen. Besserung bei Wärme, bei mäßiger Bewegung.

Nr. 5 Kalium phosphoricum (KH_2PO_4)

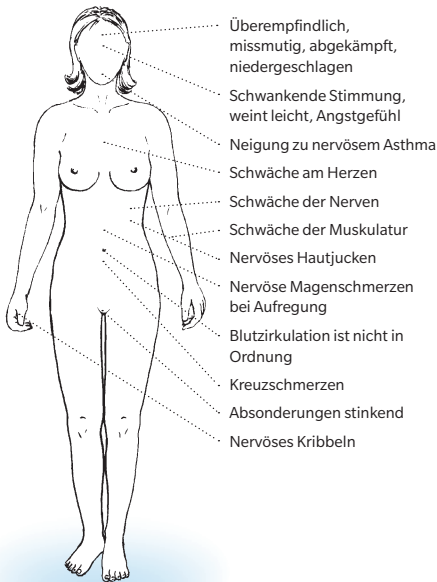
Das Salz für Nerven und Psyche | **Regelpotenz: D 6**

Kalium phosphoricum befindet sich in den Zellen des Gehirns, der Nerven, der Muskelzellen, in den Blutkörperchen, in der Blut- und Gewebeflüssigkeit. Kalium als das dominierende Element dieses Salzes ist das wichtigste Mineral im Inneren der Zellen und bestimmt damit wesentlich das innere Zellmilieu.

Salz Nr. 5 hält das Zell- und Membranpotenzial aufrecht und ist das Hauptmittel für das Nervensystem, besonders für das zentrale und vegetative Nervensystem. Es unterstützt besonders stoffwechselaktive Zellen und gilt somit als Energielieferant. Kalium phosphoricum ist ein äußerst wichtiges Mineralsalz bei allen körperlichen, geistigen und seelischen Erschöpfungszuständen. Es verhindert den Zerfall der Zellen (Gewebeerfallsverhüter der Biochemie).

Mangel an diesem Mineral führt zu Erschöpfungszuständen, die häufig von depressiven Verstimmungen begleitet werden. Es gilt als Aufhellungsmittel des Gemüts. Nervöse, überreizte und geschwächte Personen können von der Einnahme profitieren.

Mangelercheinungen zeigen sich in folgenden Symptomen: Neurasthenie (Nervenschwäche) aufgrund von Erregung (z. B. starke Aufregung), nervöses Asthma, Ermüdungserscheinungen, nervöse Schlaflosigkeit, Depressionen, Angst (auch Platzangst), Lähmungsgefühl, Muskelschwund, Muskelschwäche, Schließmuskellähmung des Afters und der Blase, Krämpfe, Zuckungen, nervöse Unruhe der Extremitäten; Herzschwäche, nervöse Herzbeschwerden, Herzklopfen (bei Überleitungsstörungen am Herzen (Arrhythmien, Extrasystolie) kann das Salz Nr. 5 unterstützend helfen); nervöses Hautjucken, hohes Fieber (39°C), Erkrankungen mit Zelluntergang (Absterben von Zellen), z. B. Ulcus cruris, Alopecia areata (kreisrunder Haarausfall), alle nervösen Verdauungsbeschwerden, Fäulnis im Darm.



Anwendung

Bei Muskelschwäche ist ein Behandlungsversuch angezeigt. Kalium phosphoricum unterstützt die Körperabwehr bei Infektanfälligkeiten (Teil der biochemischen Herbst-Winter-Kur, s. Kap. VII.) und bei Infekten mit Fieber über 39°C . Infektio-

Woran sind Mängel erkennbar?

Haut	aschgrau
Absonderungen	mit schwärzlich-blutigem Inhalt; Blut ist wässrig und gerinnt nicht.
Zunge	wie mit flüssigem Senf bestrichen, braun belegt, trocken, übler Mundgeruch, Geschmack faulig, stinkend
Augenregion	aschgraue Schatten um die Augen, untere Augenlider aschgrau, fahl und blass; Augen können apathischen Ausdruck haben
Schläfen	eingefallen, deuten auf einen starken Mangel hin
Gesicht	Gesamtaussehen grau und schmutzdelig
Kinnpartie	aschgrau
Mundpartie	fahl, schmutzig wirkend

nen und Fieber sind immer mit einer starken Aktivierung des Stoffwechsels verbunden. Dadurch entsteht ein Mangel an Kalium phosphoricum. Es ist eines der wichtigsten Entgiftungsmittel der Biochemie und kommt daher zum Einsatz bei Strahlen, Chemikalien und Giften, die den Körper belasten. Weitere Anwendungsgebiete: als Teil der Impfvorbeugung (s. Kap. III. Kinderheilkunde), Aufbaumittel (Teil der biochemischen Energieschaukel, s. Kap. VII. – Frühjahrskur), bei Geschwüren, Magen- und Zwölffingerdarmgeschwüren, Blutungen, Gehirnerschütterung; bei nervösen Gesichts-, Zahn- und Kopfschmerzen bei blassen, schwächlichen, reizbaren Menschen; bei Zahnschmerzen mit leicht blutendem Zahnfleisch, Sepsis (zur Unterstützung).

Alle Beschwerden gehen mit dem Gefühl „wie gelähmt“ und mit Antriebsminderung einher. Bei Schwäche wird das Salz Nr. 5 vormittags gegeben. Es hat seine beste Wirkzeit vom späten Vormittag bis ca. 15:00 Uhr. (Nach 15:00 Uhr sollte es nur in besonderen Fällen, etwa bei hohem Fieber, eingenommen werden, da es munter macht.)

Einflüsse auf die Wirkung

Verschlechterung morgens, bei Anstrengung, insbesondere bei geistiger Tätigkeit. Besserung in Ruhe und bei mäßiger Bewegung.



Frühjahrskur

Während des Winters ist der Körper vorwiegend auf Speicherung ausgerichtet, um – besonders auch die Nieren – vor Auskühlung zu schützen. Durch den entstandenen Winterspeck und die angesammelten Schlacken in den Zellen und Geweben kommt es zur Verminderung der Körperkräfte. Die Speicherung neuer Energien wird erschwert.

Dies hat zur Folge:

- Müdigkeit und Schweregefühl,
- Schlafstörungen,
- Kreislaufstörungen,
- Empfindlichkeit auf warme Winde (Föhn),
- Haarausfall,
- Hautreaktionen.

Wir nennen diese Symptome „Frühjahrmüdigkeit“.

Das Frühjahr und der Herbst sind so genannte Umstimmungsjahreszeiten – und damit sinnvolle Zeiten für die Entschlackung. Religiöse Fastenkuren und naturheilkundliche Denkmodelle berücksichtigen dies. Die klassische Frühjahrskur zur Reinigung des Blutes und zum Blutaufbau nach dem Winter zählt dazu. Früher waren zu dieser Zeit Aderlässe zur Blutreinigung üblich.

Die Arbeit der Leber unterstützen

Holen wir uns Rat bei der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM): Das Frühjahr unterliegt dem Element Holz. Die zugehörigen Organe sind Leber und Gallenblase. Jetzt sorgt die Leber mit ihrer funktionssteigernden Kraft dafür, dass alle nicht restlos abgebauten Schlacken des langen Winters schnellstens beseitigt und entgiftet werden.

Wenn die Leber geschwächt ist, kann sie diese Maximalforderung im Frühling nicht erfüllen. Dadurch werden andere Organe in Mitleidenschaft gezogen. Leberkuren und Leberregenerationen sind daher vor allem im Frühjahr besonders sinnvoll.

Bei vielen Menschen treten besonders im Frühjahr z. B. Magengeschwüre auf. Diese sind ohne gleichzeitige Unterstützung der Leber kaum heilbar.

Zur Leberanregung empfiehlt Dr. Schüssler das Salz Natrium sulf. D 6 (Nr. 10) nachmittags als „Heiße 10“ und Kalium sulf. D 6 (Nr. 6) abends als „Heiße 6“ – jeweils mit 5 – 10 Tab. Dazu abends eine Einreibung in der Lebergegend, unterhalb des rechten Rippenbogens, mit Salbe Nr. 6 und Nr. 10 im tgl. Wechsel. Oder es wird ein heißer Leberwickel mit Salbe Nr. 10, gegen 14:00 Uhr, verabreicht.

Ernährung beachten

Auch die Ernährung spielt eine entscheidende Rolle:

- Meiden Sie Über- und Fehlernährung.
- Verwenden Sie möglichst viele frische Kräuter.
- Essen Sie frisches Obst und Salate (nicht nach 15:00 Uhr).
- Genießen Sie frisches Gemüse gedünstet mit leicht verdaulichen Beilagen.
- Nehmen Sie tierisches Eiweiß möglichst nicht nach 15:00 Uhr zu sich.
- Bevorzugen Sie naturbelassene Lebensmittel.

Wichtig zur Entschlackung ist auch das Trinken. Ideal sind ca. 2 – 3 l gutes Quellwasser (30 ml pro kg Körpergewicht). Dabei ist auf Einschränkungen zu achten, die vom Arzt vorgegeben sind, wie z. B. bei Wassereinlagerungen.

Während der Kur können (im Rahmen der o. a. Trinkmenge) folgende Tees getrunken werden: 3 Wochen lang im März Brennnesseltee 0,5 – 1 l pro Tag, dann weitere 3 Wochen lang Löwenzahntee (Blätter/Wurzeln) 1 l pro Tag.

Nehmen Sie weiterhin mindestens 1 l warmes abgekochtes Wasser zu sich. (Abgekochtes Wasser hat eine veränderte Oberflächenspannung, dadurch kann das Wasser mehr Schlackenstoffe binden, vergleichbar mit Ihrem Reinigungswasser, dem Sie zur Senkung der Oberflächenspannung ein Reinigungsmittel zusetzen.)

Ingwerwurzel, fein geschnitten, können Sie dem abgekochten Wasser begeben. Es regt das Verdauungsfeuer an; dadurch werden Sie innerlich warm. Diese Möglichkeit gilt mit Einschränkung: Menschen, die unter hohem Blutdruck oder unter trockenen Schleimhäu-

ten leiden oder die Blutverdünnungsmittel einnehmen, dürfen heißes Ingwerwasser nicht trinken.

Sorgen Sie zudem für genügend Bewegung, denn sie bringt Sauerstoff in den Stoffwechsel. Vermeiden Sie Genuss- und Umweltgifte, diese belasten zusätzlich den Organismus.

Die Leber entfaltet ihre größte Arbeitsleistung nachts zwischen 1:00 und 3:00 Uhr. Hier wachen viele Menschen auf, müssen zur Toilette oder träumen schlecht.

Folgende Fragestellungen tragen zur Ursachenforschung bei: Was habe ich gegessen und getrunken? Kopfschmerzen (in diesem Fall können Magnesium phos. (Nr. 7) als „Heiße 7“ oder ein heißer Leberwickel Abhilfe schaffen)? Schlechtes Sehen? Depressionen? Stimmungsschwankungen? Migräne? Kopfschmerz über dem rechten Auge? Stirnkopfschmerz? Gelenkbeschwerden? Hautjucken? Säure-Basen-Haushalt im Ungleichgewicht?

Viele dieser vorgenannten Beschwerden hängen ursächlich mit dem Leberstoffwechsel zusammen, der seinerseits Einfluss auf die Zusammensetzung der Gallensäure ausübt. Im Blut kann die zu starke Konzentration von Galle die Membranen (Zellhülle) der roten Blutkörperchen vorzeitig zerstören. Auch eine negative Beeinflussung des blutbildenden Knochenmarks kann das Blutbild schädigen. Zu viel Gallensäure im Blut ist oft die unerklärliche Ursache von Hautjucken oder Hauterkrankungen. Gallenblasenleiden vergesellschaften sich gerne mit Leberleiden.

Der Volksmund drückt es so aus: „Der Mensch fühlt sich in seiner Haut nicht mehr wohl.“

Die Gallenabsonderung wird reguliert durch das Schüßler-Salz Natrium sulf. D 6 (Nr. 10). Es sollte gegen 14:00 Uhr gelutscht werden.

Reich ist man nicht durch das,
was man besitzt, sondern
vielmehr durch das, auf was man
mit Würde zu verzichten weiß.

Immanuel Kant

Neue Energien gewinnen

Um wieder zu neuen Energien zu gelangen, müssen also die Gewebe gereinigt und Überschussstoffe eliminiert werden. Dies ist gerade im Frühjahr besonders wichtig, denn ähnlich wie in der Natur die Pflanzen- und Tierwelt zu neuem Leben erwacht, beginnen auch im Menschen neue aufbauende Prozesse und Funktionen; insbesondere das Blut wird erneuert. Das ist auch der Grund, warum wir in dieser Jahreszeit am besten Bluterneuerungstherapien durchführen können. Damit werden auch bestehende Anämiesyndrome günstig beeinflusst.

So unterstützt die Frühjahrskur die gesamte eliminatorische Grundfunktion des Organismus und leitet den Wiederaufbau ein.

Therapeutisches Grundkonzept mit den Mineralsalzen

- ◆ Calcium phos. D 6 (Nr. 2): für Aufbau und Blutbildung, als Energiegeber.
- ◆ Ferrum phos. D 12 (Nr. 3): allgemeines Anregungsmittel für Blutbildung, Sauerstoffanregung.
- ◆ Natrium phos. D 6 (Nr. 9): zur Entsäuerung des Blutes und des Gewebes.
- ◆ Natrium sulf. D 6 (Nr. 10): zur Förderung aller Ausscheidungen, besonders von Galle, Darm, Niere, Bindegewebe, Haut.
- ◆ Silicea D 12 (Nr. 11): kanalisiert das Bindegewebe und hält Säuren in Lösung, damit sie ausgeschieden werden können; fördert alle Ausscheidungsprozesse.
- ◆ Als biochemisches Ergänzungsmittel empfiehlt sich Lithium chloratum D 6 (Nr. 16). Es ermöglicht die Ausscheidung von Säuren und hilft gegen depressive Stimmungslagen.

Die biochemischen Frühjahrskuren

Wählen Sie unter den nachfolgend beschriebenen drei Möglichkeiten nach Ihren Bedürfnissen aus:

Allgemeine Frühjahrskur

3 – 4 Wochen lang zur Ausscheidung und zur Lymphreinigung Natrium phos. D 6 (Nr. 9) im tgl. Wechsel mit Natrium sulf. D 6 (Nr. 10) 3 x tgl. 2 Tab. lutschen. Anschließend für weitere 3 – 4 Wochen zum Aufbau Natrium sulf. D 6 (Nr. 10), Calcium phos. D 6 (Nr. 2) und Ferrum phos. D 12 (Nr. 3) lutschen – je 2 Salze im täglichen Wechsel (z. B. montags 3 x je 2 Tab. Nr. 2 und Nr. 10; dienstags 3 x je 2 Tab. Nr. 3 und Nr. 10 usw.).

Bei Frühjahrsmüdigkeit

Eingesetzt werden die Salze Ferrum phos. D 12 (Nr. 3), Kalium sulf. D 6 (Nr. 6), Natrium phos. D 6 (Nr. 9) und Silicea D 12 (Nr. 11).

Von jedem Mineralsalz werden 3 – 5 Tab. auf $\frac{1}{4}$ l abgekochtes heißes Wasser gegeben und in ein kleines Glasfläschchen gefüllt. Davon tagsüber immer wieder kleine Schlucke kauend trinken. Bitte die Flüssigkeit im Mund aufwärmen und jedes Mal die Flasche vor dem Trinken schütteln. Oder Sie lutschen 3 Tab. vom jeweiligen Mineralsalz über den Tag verteilt.

„Biochemische Energieschaukel“

Meine Empfehlung bei Energiemangel: Man nehme morgens Calcium phos. D 6 (Nr. 2), vormittags gegen 12:00 Uhr Kalium phos. D 6 (Nr. 5) und nachmittags gegen 18:00 Uhr Magnesium phos. D 6 (Nr. 7) und eventuell abends ½ Std. vor dem Schlafengehen nochmals Salz Nr. 7, um zur Ruhe zu kommen.

Es werden jeweils in einer halben Tasse heißen Wassers 10 Tab. aufgelöst. Bitte mit Plastiklöffel umrühren und anschließend schluckweise kauend trinken. Dies über einen längeren Zeitraum täglich ausführen, etwa vier Monate lang.

Unterstützend wirken folgende Maßnahmen für die Frühjahrskur:

- Entschlackungsbäder,
- Moorbäder,
- Entschlackungstees,
- Ernährung,
- Bewegung in frischer Luft usw.,
- Leberwickel.

Leberwickel

Der Leberwickel wird 1–2 x wöchentlich mit der biochemischen Salbe Nr. 10 oder Nr. 6 angewendet. Nachmittags gegen 14:00 Uhr ist der sinnvollste Zeitpunkt.

Reiben Sie den Oberbauch, vor allem den rechten Rippenbogen (Sitz der Leber), mit der Salbe ein. Ein feuchtheißes Tuch – am besten Gästehandtuch – wird so heiß wie möglich auf den Leberbereich gelegt. Anschließend wickeln Sie ein großes Frotteehandtuch um den gesamten Leib, eine heiße Wärmflasche wird auf den Leberbereich aufgelegt. Der Wickel bleibt 20–60 Min. auf dem Bauch. Bitte einschleichend beginnen! Anschließend nehmen Sie das feuchte Handtuch weg, legen ein trockenes Tuch um und die Wärmflasche wieder auf. Ruhen Sie noch 1 Std. im Bett nach. An diesem Tag wird abends keine Salbe aufgebracht.

Wir alle haben die Erfahrung gemacht, dass zweierlei zusammenstimmen muss, um den Lebensfluss wieder zu ermöglichen: der rechte Zeitpunkt und die mutige Tat.

Ich wünsche Ihnen viel Kraft und Mut für den neuen Weg.

Herbst-Winter-Kur

Ebenso wie die Frühjahrskur ist die klassische Herbstkur ideal zur Schlackenausscheidung als Vorbereitung auf den Winter. Es steht eine Zeit mit erhöhter Neigung zu Erkältungen bevor.

Der Herbst gilt grundsätzlich als kalt und trocken. Diese Jahreszeit übt demnach kühlenden und trocknenden Einfluss auf den Organismus aus. Die kalorische Grundfunktion wird heruntergefahren. Es fehlt das „Feuerelement“ Sommer, sodass grundsätzlich mit einem Absinken des Energiehaushaltes zu rechnen ist. Dies ist auch eine Erklärung für die Häufung von Krankheiten mit epidemischem Charakter (z. B. Grippewelle usw.). Es kommt weiterhin zu einer Reduzierung der befeuchtenden Eigenschaften im Körper. Die Verminderung der Wärme zeigt ihre Auswirkungen am meisten an den aktiven Stoffwechselorganen Leber, Magen, Nieren, Kreislauf und der Haut.

Dadurch kann es zur Abkühlung des Magens kommen, es entstehen schlechtere Verdauungssäfte und damit eine veränderte aktive Befeuchtung des Organismus. Eine Neigung zu Trockenheitserkrankungen (Kristallose) entsteht. Die durch Wärmemangel eingeschränkte Funktion der Stoffwechselorgane ist verantwortlich für eine trägere Blutbewegung, die Ver- und Entsorgung des Organismus wird gestört und das Blut neigt zu erhöhter Viskosität (Blut wird dicker) mit Neigung zu Stauungen und Stockungen.

Venöse Leiden und Kristallose-Erkrankungen treten gehäuft auf. Unterschiedliches persönliches Temperament und die Konstitution sind immer dabei zu berücksichtigen.

Vorab beschriebene Gedanken erklären die Neigung zu folgenden Erkrankungen:

- Trägheit der Kreislauf- und Lymphbewegung,
- Stauungen und Stockungen der Milz,
- Trägheit von Leber- und Nierenabsonderungen,
- Steinleiden (z. B. Gallensteine, Nierensteine usw.),
- Obstipation (Verstopfung),
- venöse Leiden des Abdomens und der unteren Extremität,
- Erkrankungen durch Übersäuerung und Rheuma,
- Stimmungsschwankungen mit Tendenz zu Melancholie.

Der Spätsommer/Frühherbst unterliegt dem Element Erde. Dazu gehören die Organe Magen, Milz und Pankreas. Der Herbst unterliegt dem Element Metall, dem die Organe Dickdarm und Lunge zugeordnet werden.

Befeuchtende Maßnahmen für die Schleimhäute und die Haut sind in dieser Zeit sinnvoll – beispielsweise in Form einer Traubenkur, soweit sie vertragen wird. Wichtig ist auch, für ausreichend Schlaf zu sorgen. Bäder (Salz-, Natron-, Moorbäder) sind ebenso sinnvolle Maßnahmen. Trinken Sie zudem Tees wie z. B. Erdrauchtee (Echium vulgare).



Einführung

Eine große Bandbreite von Beschwerden und Krankheiten kann mit Hilfe von Schüssler-Salzen erfolgreich behandelt werden – vorausgesetzt, Sie finden das richtige Mittel.

Im folgenden Register können Sie in alphabetischer Reihenfolge nach Ihrem persönlichen Krankheitsbild suchen, mit den entsprechenden Einnahmehinweisen der Schüssler-Salze. Bitte beachten Sie jedoch, dass Sie bei heftigen Schmerzen und Beschwerden unbedingt einen Arzt oder Heilpraktiker aufsuchen sollten.

Einnahmевorschriften bzw. -empfehlungen

In unserer Tabelle verwenden wir die folgende Symbolik:

Allg. Regel:	2 – 3 x tgl. 1 – 2 Tabletten lutschen, am besten 30 Min. vor oder nach einer Mahlzeit; evtl. „heiße“ Version (vgl. S. 27 – 29)
Im Akutfall	1 Tablette alle 10 Min. oder evtl. als „heiße“ Version (vgl. S. 27 – 29)
▲	Die gekennzeichneten Mittel werden im Laufe eines Tages zeitversetzt bzw. im Wechsel eingenommen.
stdl. ▲	Die gekennzeichneten Mittel werden im stündlichen Wechsel eingenommen.
tgl. ▲	Die gekennzeichneten Mittel werden im täglichen Wechsel eingenommen bzw. dürfen nicht am selben Tag eingenommen werden.
Bitte beachten Sie auch die Hinweise in der Spalte „Einnahme/ Empfehlungen“. Sind mehrere Salze ohne Symbol oder nähere Empfehlungen aufgeführt, sollte/n das / die Mittel der Wahl anhand der detaillierten Mittelbeschreibungen (vgl. S. 37 – 74) ermittelt werden.	

Anhand dieser Vorgaben können Sie schnell und übersichtlich die für Sie geeignete Therapie herausfinden; in jedem Fall empfiehlt es sich jedoch, die Hintergrundinformationen und detaillierten Mittelbeschreibungen (vgl. S. 37 – 74) zusätzlich nachzulesen.

Hinweise zur Spalte „Einnahme / Empfehlungen“

Folgende Empfehlungen finden Sie oft im Anschluss an die Auflistung der in Frage kommenden Mineralsalze. Die ausführliche Erklärung steht in den entsprechenden Kapiteln.

Basenbäder	siehe Anhang A (S. 369)	Meridianbürstmassage	siehe Anhang C (S. 373)
Ernährung	siehe Kap. I. (S. 32)	Nierenpflege	siehe Anhang D (S. 373)
Leberwickel	siehe Kap. VII. (S. 209)	Salbenanwendung	siehe Anhang B (S. 371)

Krankheitsbild/ Symptome		Mineralsalze	Einnahme/ Empfehlungen
Ablagerungen			
durch Eiweiß	▲	Nr. 2 Calc. phos. D 6	auch als Salbe
	▲	Nr. 9 Natr. phos. D 6	
durch Säure	▲	Nr. 9 Natr. phos. D 6	morgens; auch als Salbe
	▲	Nr. 10 Natr. sulf. D 6	mittags
	▲	Nr. 11 Silicea D 6	abends; Potenz D 6!
bei Schmerzen		Nr. 7 Magn. phos. D 6	„Heiße Sieben“

Salzbad, Ernährung ohne tier. Eiweiß, Salbenanwendungen.

Abmagerung			
grundsätzlich	▲	Nr. 2 Calc. phos. D 6	
	▲	Nr. 8 Natr. chlor. D 6	
mit Durchfall		Nr. 5 Kal. phos. D 6	
durch Übersäuerung	▲	Nr. 9 Natr. phos. D 6	morgens
	▲	Nr. 10 Natr. sulf. D 6	mittags
	▲	Nr. 11 Silicea D 6	abends; Potenz D 6!
des Bindegewebes	▲	Nr. 9 Natr. phos. D 6	
	▲	Nr. 11 Silicea D 12	
trotz Heißhunger		Nr. 12 Calc. sulf. D 6	
durch Schwächezustände		Nr. 13 Kal. ars. D 6	

Ernährung, Meridianbürstmassage.

Absonderungen			Zungenbelag beachten!
ätzend	▲	Nr. 1 Calc. fluor. D 12	
	▲	Nr. 8 Natr. chlor. D 6	
brennend		Nr. 8 Natr. chlor. D 6	
		Nr. 12 Calc. sulf. D 6	
dick, zäh, weißlich		Nr. 4 Kal. chlor. D 6	
dünn, scharf		Nr. 8 Natr. chlor. D 6	
eitrig ohne Abfluss	▲	Nr. 9 Natr. phos. D 6	
	▲	Nr. 11 Silicea D 12	
eitrig mit Abfluss		Nr. 12 Calc. sulf. D 6	
eiweißhaltig		Nr. 2 Calc. phos. D 6	
fließend, wässrig		Nr. 8 Natr. chlor. D 6	
flockig	▲	Nr. 2 Calc. phos. D 6	
	▲	Nr. 4 Kal. chlor. D 6	
	▲	Nr. 9 Natr. phos. D 6	
gelatineartig		Nr. 8 Natr. chlor. D 6	
gelb, eitrig	▲	Nr. 9 Natr. phos. D 6	
	▲	Nr. 11 Silicea D 12	
gelb, schleimig		Nr. 6 Kal. sulf. D 6	
gelbgrünlich, blutig, dick		Nr. 12 Calc. sulf. D 6	
gelblichgrün		Nr. 10 Natr. sulf. D 6	
glasig		Nr. 8 Natr. chlor. D 6	
goldgelb, rahmartig		Nr. 9 Natr. phos. D 6	

Krankheitsbild/ Symptome		Mineralsalze	Einnahme/ Empfehlungen
grünlich		Nr. 10 Natr. sulf. D 6	
hell, wässrig, schleimig		Nr. 8 Natr. chlor. D 6	
honiggelb, rahmartig		Nr. 9 Natr. phos. D 6	
käsig riechend		Nr. 6 Kal. sulf. D 6	
körnig		Nr. 1 Calc. fluor. D 12	
lockerer Schleim		Nr. 12 Calc. sulf. D 6	
ockerfarbig		Nr. 6 Kal. sulf. D 6	
reichlich, scharf		Nr. 11 Silicea D 12	
scharf, stinkend		Nr. 11 Silicea D 12	
stinkend, schmierig	▲	Nr. 5 Kal. phos. D 6	
	▲	Nr. 8 Natr. chlor. D 6	
wässrig		Nr. 8 Natr. chlor. D 6	
weiß		Nr. 2 Calc. phos. D 6	
	▲	Nr. 4 Kal. chlor. D 6	
	▲	Nr. 9 Natr. phos. D 6	
weiß, Faden ziehend		Nr. 4 Kal. chlor. D 6	
Absonderungen, trockene			
gelbe Eiterkrusten		Nr. 11 Silicea D 12	
gelbliche Schuppen		Nr. 10 Natr. sulf. D 6	
schmierige Schuppen oder Krusten		Nr. 5 Kal. phos. D 6	
honiggelbe Krusten		Nr. 9 Natr. phos. D 6	
viele Oberhautschuppen, klebriger Grund		Nr. 6 Kal. sulf. D 6	
weiß, weißgrau, kleienartige Schuppen		Nr. 4 Kal. chlor. D 6	
weißgelbe Krusten		Nr. 2 Calc. phos. D 6	
Abszess			
allgemein	▲	Nr. 3 Ferr. phos. D 12	sofort alle 10 Minuten
	▲	Nr. 5 Kal. phos. D 6	auch äußere Anwendung als Salbe oder Tablettenbrei
bei Eiter ohne Abfluss	▲	Nr. 9 Natr. phos. D 6	
	▲	Nr. 11 Silicea D 12	
bei Eiter mit Abfluss		Nr. 12 Calc. sulf. D 6	
bei hohem Fieber	▲	Nr. 5 Kal. phos. D 6	Arzt wegen möglicher Blutvergiftung konsultieren!
	▲	Nr. 8 Natr. chlor. D 6	als Zwischenmittel alle 2 Std.
brennend		Nr. 8 Natr. chlor. D 6	
brennend mit Abfluss		Nr. 12 Calc. sulf. D 6	
Eiter, grünlich		Nr. 10 Natr. sulf. D 6	
Eiter, wässrig		Nr. 10 Natr. sulf. D 6	
Eiter, blutig, jauchig, stinkend		Nr. 5 Kal. phos. D 6	
pochend, schmerzend		Nr. 3 Ferr. phos. D 12	

Krankheitsbild/ Symptome		Mineralsalze	Einnahme/ Empfehlungen
verhärtet	▲	Nr. 1 Calc. fluor. D 12	auch als Salbe
	▲	Nr. 11 Silicea D 12	
zur Narbenpflege		Nr. 1 Calc. fluor. D 12	monatelang; auch als Salbe

Grundsätzlich empfehlenswert sind 2 x tgl. heiße Dauerbäder des gesamten Körperteils (40 – 45°C), je eine Std. lang unter Zusatz von Schmierseife.

Achselschweiß / Fußschweiß			siehe „Füße“
	▲	Nr. 8 Natr. chlor. D 6	
	▲	Nr. 9 Natr. phos. D 6	
	▲	Nr. 10 Natr. sulf. D 6	
	▲	Nr. 11 Silicea D 12	

Bei Fußschweiß beachten: 2 x tgl. Strümpfe (Baumwolle!) wechseln. Tgl. lauwarmes Fußbad mit 10 Tab. Silicea (Nr. 11), leichte Lederschuhe. Ernährung ohne tierisches Eiweiß.

After			Ernährung
Einrisse	▲	Nr. 1 Calc. fluor. D 12	auch äußere Anwendungen mit Nr. 1 und Nr. 3 als Salbe oder Tablettenbrei, für guten Stuhl sorgen
	▲	Nr. 11 Silicea D 12	
Einrisse durch harten Stuhl		Nr. 8 Natr. chlor. D 6	
Schließmuskelkrampf		Nr. 7 Magn. phos. D 6	
wund ohne Entzündung	▲	Nr. 9 Natr. phos. D 6	auch äußere Anwendungen als Salbe oder Tablettenbrei!
	▲	Nr. 8 Natr. chlor. D 6	
wund mit Entzündung	▲	Nr. 1 Calc. fluor. D 12	auch äußere Anwendungen mit Nr. 1 und Nr. 3 als Salbe oder Tablettenbrei
	▲	Nr. 3 Ferr. phos. D 12	
Afterjucken			
mit Bläschen		Nr. 8 Natr. chlor. D 6	
durch Hämorrhoiden	▲	Nr. 1 Calc. fluor. D 12	auch äußere Anwendung als Salbe oder Tablettenbrei
	▲	Nr. 3 Ferr. phos. D 12	Sitzbäder mit 5 Tab. Nr. 3
	▲	Nr. 11 Silicea D 12	
nervositätsbedingt	▲	Nr. 2 Calc. phos. D 6	„Heiße Zwei“ morgens und vormittags
	▲	Nr. 7 Magn. phos. D 6	„Heiße Sieben“ nachmittags und abends
durch Würmer		Nr. 4 Kal. chlor. D 6	siehe auch „Würmer“
bei Madenwürmern		Nr. 8 Natr. chlor. D 6	
bei Spulwürmern	▲	Nr. 9 Natr. phos. D 6	
	▲	Nr. 11 Silicea D 12	
Akne			siehe „Pubertät“
allgemein	▲	Nr. 3 Ferr. phos. D 12	
	▲	Nr. 4 Kal. chlor. D 6	
	▲	Nr. 8 Natr. chlor. D 6	Nr. 3 morgens, Nr. 4 vormittags, Nr. 8 vor 16:00 Uhr, Nr. 9 abends, jeweils 3 – 5 Tab. auflösen
	▲	Nr. 9 Natr. phos. D 6	
mit Entzündungen		Nr. 3 Ferr. phos. D 12	
Pubertätsakne	▲	Nr. 11 Silicea D 12	
	▲	Nr. 12 Calc. sulf. D 6	

Krankheitsbild/ Symptome		Mineralsalze	Einnahme/ Empfehlungen
mit Verhärtungen		Nr. 1 Calc. fluor. D 12	auch als Salbe

Auf Absonderungen achten, Gesichtsmasken, Salbenanwendungen, Leberwickel mit Salbe Nr. 10, Ernährung, Auswahl der Getränke.

Alkoholbelastung			
	▲	Nr. 4 Kal. chlor. D 6	
	▲	Nr. 10 Natr. sulf. D 6	Leberwickel mit Salbe Nr. 10
Alkoholentwöhnung			
Hauptmittel	▲	Nr. 7 Magn. phos. D 6	häufige Gabe, „Heiße Sieben“
	▲	Nr. 8 Natr. chlor. D 6	vor- und nachmittags
	▲	Nr. 10 Natr. sulf. D 6	abends als „Heiße 10“

Gesprächsbegleitung.

Allergien			
zur Zellhüllenstabilisierung		Nr. 2 Calc. phos. D 6	
Hauptmittel		Nr. 3 Ferr. phos. D 12	
Hauptmittel bei weiß-grauem Zungenbelag und weißer Schleimabsonderung		Nr. 4 Kal. chlor. D 6	
Hauptmittel bei Fließschnupfen, Niesen, tränenden Augen	▲	Nr. 8 Natr. chlor. D 6	
	▲	Nr. 10 Natr. sulf. D 6	häufige Gabe

Auf Absonderungen achten, Leberwickel mit Salbe Nr. 10, Salzbäder, Ernährung ohne tierisches Eiweiß, Rohkost meiden, rohes Obst meiden. Salbenanwendungen mit Salben Nr. 4 und Nr. 8: Salben mehrmals täglich in die Nase einbringen, um die Augen reiben, in beide Ellenbeugen (zur Nasenreflexzonenbehandlung siehe auch Buch „Schüßler-Salze für Ihr Kind“). Besonders wichtig, bevor Sie das Haus verlassen.

Albträume			
		Nr. 5 Kal. phos. D 6	über den Tag verteilt, vor 15:00 Uhr
		Nr. 7 Magn. phos. D 6	„Heiße Sieben“, abends und vor dem Schlafengehen

Schlafplatz auf Störstrahlen überprüfen, schweres Essen abends meiden, Leberwickel mit Salbe Nr. 10.

Altern			
frühzeitig	▲	Nr. 1 Calc. fluor. D 12	morgens, auch äußere Anwendung als Salbe oder Tablettenbrei
	▲	Nr. 11 Silicea D 12	abends

Auch Lotionanwendungen: morgens Nr.1, abends Nr. 11 auftragen.

Amalgambelastung			
	tgl. ▲	Nr. 6 Kal. sulf. D 6	
	▲	Nr. 8 Natr. chlor. D 6	Leberwickel mit Salbe Nr. 6 und Nr. 10 im täglichen Wechsel
	tgl. ▲	Nr. 10 Natr. sulf. D 6	

Ausleitung unter fachkundiger Betreuung.

Anämie			siehe „Blutmangel“
Analekzem			Salbenanwendungen
	tgl. ▲	Nr. 6 Kal. sulf. D 6	

Möchten Sie weiterlesen? Unser Buch erhalten Sie bei Ihrem Buchhändler oder im Webshop des Mankau Verlags: www.mankau-verlag.de.