

Die Salze des Lebens

Biochemie nach Schüssler wird alternativmedizinisch bei vielen Indikationen eingesetzt

Vielen Menschen sind Schüssler Salze durch eigene Behandlungen, Bücher, Vorträge und neuerdings durch die Fernsehwerbung bekannt. Was steckt hinter diesen weißen Tabletten mit süßem Geschmack, die bei vielen Erkrankungen mit Erfolg angewendet werden können?

Sie enthalten Mineralsalze, meist verdünnt (potenziert) mit Milchzucker. Ihr Entwickler, Dr. Wilhelm Heinrich Schüssler (1821-1898), war Arzt mit homöopathischer Ausbildung. Über die Anwendung der Homöopathie begann er auf dem Gebiet „Mineralsalze“ zu forschen. Dabei fand er heraus, dass einzelne Mineralsalze in bestimmten Geweben des menschlichen Körpers ver-

Mineralsalze im Gewebe

stärkt auftreten, wie z. B. das für den Sauerstofftransport wichtige Eisen als Ferrum phosphoricum (Eisenphosphat) im Blut. Ferner erkannte er, dass Menschen mit unterschiedlichen Erkrankungen einen Mangel an bestimmten Mineralsalzen aufweisen.

Im Laufe seiner Arbeiten identifizierte er 12 Salze von Nummer 1 Calcium fluoratum bis Nummer 12 Calcium sulfuricum. Calcium fluoratum ist das Salz, das verstärkt im Bindegewebe, den Gelenken, im Zahnschmelz, in der Haut und den Gefäßen vorkommt. Die Indikationen für seine Anwendung reichen von Arthrose über Fersensporn, Krampfadern, Osteoporose bis hin zu Zahnschmelz-

problemen. Die Dosierung erfolgt in der Potenzierung D 12, entsprechend einer zwölffachen Verdünnung nach dem Prinzip 1 g Salz mit 9 g Milchzucker und aus dieser Mischung wiederum 1 g mit 9 g Milchzucker und so weiter. Wirksam sind derartige Verdünnungen, da die Salze nicht über den Darmtrakt, sondern über die sehr stark durchblutete Mundschleim-



© Gerhard Seybert / fotolia

Schüssler-Salze werden in Tablettenform verabreicht

haut aufgenommen werden und so optimal für den Organismus verfügbar sind. Bei chronischen Zuständen soll man von den Tabletten täglich bis zu 6 Stück, bei akuten Zuständen bis zu 30 Stück im Mund zergehen lassen.

Als Akutmittel oder „Erste-Hilfe-Mittel“ kann man das bereits erwähnte Ferrum phosphoricum (Schüssler-Salz Nr. 3) bezeich-



Dr. Werner Sturm ist Heilpraktiker im Naturheilzentrum Alztal in Tacherting. Einer seiner Behandlungsschwerpunkte ist die Biochemie nach Schüssler.

nen. Schüssler bezeichnete es auch als Mittel der ersten Entzündungsstufe. Es ist das Salz für das Immunsystem, das bei Infekten, Überanstrengung und Verletzungen in der Potenzierung D 12 zum Einsatz kommt. Es aktiviert das Immunsystem, reguliert den Eisenhaushalt und verbessert die arterielle Durchblutung. Die Liste der Indikationen reicht von Blutarmut, Fersensporn über leichtes Fieber, Husten, Müdigkeit, und Ohrenscherzen bis zu leichten Verletzungen und für die Wundheilung.

Als Mittel der zweiten Entzündungsstufe gilt Kalium chloratum. Es ist das für die Schleimhäute, Drüsenfunktionen und Entgiftung wichtige Schüssler-Salz Nr. 4. Besondere Bedeutung hat es

beispielsweise bei der Schleimverflüssigung von Kartharren und Bronchitiden. Es wird in der Potenz D 6 verabreicht.

Entsprechend des bei vielen Erkrankungen auftretenden Mangels an mehreren Mineralien werden Kombinationen von Schüssler-Salzen eingesetzt. So werden für eine akute Erkältung die Schüssler-Salze Nr 3, 4 und 8 (Natrium chloratum in D 6) empfohlen.

Bei der Einnahme von Schüssler-Salzen sollten auch die optimalen Einnahmezeiten, entsprechend der Aktivitäten von bestimmten Organen, beach-

Einnahmezeiten beachten

tet werden. So sind die optimalen Einnahmezeiten für Ferrum phosphoricum zwischen 7 und 9 Uhr sowie 15 bis 17 Uhr. Salze wie Kalium chloratum (Schüssler 4), Natrium phosphoricum (Schüssler 9) und Silicea (Schüssler 11) können dagegen ganztägig eingenommen werden

Neben den 12 ursprünglichen Schüssler-Salzen gibt es 12 weitere sogenannte Ergänzungsmittel, wie Kalium arsenicosum (Nr. 13) oder Arsenium jodatum (Nr. 24). Diese Mittel, wie auch von den allgemeinen Empfehlungen abweichende Potenzierungen sind den Therapeuten vorbehalten und sollten von medizinischen Laien nicht angewendet werden.

Dr. Werner Sturm



**Gemeinschaftspraxis
Dr. Werner Sturm & Petra Müller-Sturm
Im Naturheilzentrum Alztal**

Unser Leistungsangebot für Sie:

- Osteopathie, Fußreflexzonen-Therapie, Breuss-Massage, Lymphdrainage und weitere manuelle Behandlungen
- Aromatherapie, **Biochemie nach Schüssler**, Mykotherapie
- Hypnotherapie, Ernährungsberatung, Entspannungstechniken, Bewegung – Fitness, Coaching

Feichtener Str. 29, 83342 Tacherting, Telefon 08621 - 8066280
www.naturheilzentrum-alztal.de • info@naturheilzentrum-alztal.de