

# Neues wagen

Für den interessierten Leser gibt es ein breites Angebot an Büchern zum Thema Homöopathie und auch zu den Schüßler-Salzen. Sie beschreiben die Anwendungsprinzipien der einen oder der anderen Methode bei verschiedenen Erkrankungen. Was aber nun, wenn bei einer Erkrankung sowohl ein homöopathisches Mittel als auch ein Schüßler-Salz eingesetzt werden könnte? Wie kann man diese beiden Methoden kombinieren? Ist das überhaupt zweckmäßig und sinnvoll? Wenn ja: wie setzt man dann beide Methoden zusammen ein, um einen möglichst schnellen und andauernden Effekt zu erzielen? Was gilt es besonders zu beachten, wenn man beides kombiniert?

Diese Fragen werden mir häufig bei Vorträgen gestellt, sodass ich mich

## TIPP

### Schnellzugriff

Falls Sie den Theorieteil überspringen möchten, finden Sie auf der ersten Seite dieses Buches eine Anleitung zum Schnellzugriff, um die Mittel sofort einsetzen zu können. Bitte lesen Sie sich auch die Tipps und Hinweise auf Seite 54 vor der Anwendung durch. Alle notwendigen Informationen zu Art und Dauer der Dosierung von homöopathischen Mitteln und Schüßler-Salzen sind dort in Kürze zusammengefasst. Ich wünsche Ihnen viel Erfolg mit der Kombination von homöopathischen Mitteln und Schüßler-Salzen und vor allem Gesundheit!

entschlossen habe, diesen Praxisleitfaden zu schreiben. Im vorliegenden Buch finden Sie eine kurz gehaltene theoretische Abhandlung, die Sie mit den Grundzügen beider Methoden vertraut machen soll. Der Schwerpunkt des Buches ist aber die praktische Anleitung zur Selbstbehandlung bei zahlreichen Beschwerden.

**Neues wagen.** Die für die Selbstbehandlung interessanten Beschwerden sind alphabetisch sortiert. Beide Methoden sind bei leichteren Erkrankungen und damit einhergehenden Beschwerden durch ihre Wirksamkeit absolute Favoriten. Immer, wenn Sie also nicht zum Arzt gehen würden, wie es z. B. nachts oft der Fall ist, oder wenn sie nach alten Hausmitteln greifen, dann können Sie sowohl Schüßler-Salze als auch homöopathische Mittel einsetzen. Sollten Sie unerwartet keinen Erfolg mit der Behandlung haben oder wenn sich akute Symptome durch die Einnahme der

homöopathischen Mittel oder der Schüßler-Salze nicht beeinflussen lassen, sollten Sie auf jeden Fall zum Arzt gehen.

wichtig

Die Empfehlungen in diesem Buch können keinen Arzt ersetzen und daher ist es notwendig, wirklich sorgfältig abzuwägen, ob eine Erkrankung möglicherweise Ursachen hat, die nach einer schulmedizinischen Behandlung verlangen. Die Naturheilkunde hat genauso ihre Grenzen wie die Schulmedizin. Erfreulicherweise entwickelt sich eine zunehmende Tendenz, Naturheilkunde und Schulmedizin zu vereinen.

**Gemeinsam stark.** Um Ihnen die Entscheidung, welche Mittel die passenden für Ihre Symptome sind, zu erleichtern, sind in diesem Ratgeber Homöopathie und Schüßler-Salze zum ersten Mal in einem Buch vereint worden, sodass Sie leicht und schnell mit der Kombination beider Methoden in die Praxis einsteigen können. Es ist eine besondere Stärke beider Behandlungsweisen, dass sie auch komplementär, also gegenseitig ergänzend, eingesetzt werden können. Belastungen

des alltäglichen Lebens führen zu dem Bedürfnis, schnell wieder gesund und fit zu werden, daher ist eine Kombination naturheilkundlicher Methoden sinnvoll, um den Körper optimal zu unterstützen. Gerade die unterschiedlichen Ansätze des Heilimpulses der Homöopathie und des regulierenden Impulses der Schüßler-Salze können sich in besonderem Maße verstärken. Dieser Effekt kann auch genutzt werden, wenn Sie aus bestimmten Gründen eine schulmedizinische Behandlung durchlaufen müssen. In diesem Fall müssen Sie sich nicht zwischen Schulmedizin und Naturheilkunde entscheiden, sondern können ebenfalls beides zur Genesung einsetzen.

Falls Sie schon einige Erfahrungen mit Homöopathie oder Schüßler-Salzen gesammelt haben, können die Behandlungsbeispiele neue Impulse geben. Auf der anderen Seite sind die Mittelkombinationen so zusammengesetzt, dass sie auch von Anfängern leicht umgesetzt werden können. Um das Buch zu Ihrem persönlichen Ratgeber zu machen, wurde auf jeder Indikationenseite noch ausreichend Platz für eigene Notizen und die Dokumentation Ihrer Erfahrungen gelassen.