





Einführung in die Therapie mit kombinier- ten Schüßler- Salzen

Die Komplex-Biochemie mit der Verwendung von so genannten Schüßler-Kombipräparaten beruht auf der Idee, alle Stoffwechselfvorgänge im Körper zu harmonisieren. Das klappt in einer sinnvollen Mischung, in der sich die enthaltenen Einzel-Schüßler-Salze ergänzen und unterstützen, umfassender als mit einem, nur zu bestimmten Symptomen passenden einzelnen Mineralsalz.

Einführung in die Therapie mit kombinierten Schüßler-Salzen

Chemie des Lebens – Geschichte der Schüßler-Kombipräparate

Das Heilverfahren der Schüßler-Salze geht auf den deutschen Arzt und Homöopathen Wilhelm Heinrich Schüßler zurück, der im 19. Jahrhundert lebte und wirkte (1821–1898) und zu Beginn seines Heilberufes stark von seinem Zeitgenossen Samuel Hahnemann und der von ihm begründeten Homöopathie beeinflusst wurde. Mit der Zeit gingen seine eigenen Forschungen immer mehr in die Richtung der Mineralsalze, mit denen er ab 1872

ausschließlich behandelte. Mineralsalze sind an allen Vorgängen im Körper beteiligt. Daher ging Schüßler davon aus, dass die Gesundheit des Menschen wesentlich davon abhängt, ob sie optimal ihre Aufgabe erfüllen. Krankheiten entstehen seiner Theorie nach immer dann, wenn im Körper ein Mangel an Regulationsfähigkeit der einzelnen Mineralsalze herrscht. Umgekehrt können Krankheiten geheilt werden, indem die entsprechenden Salze in kleinsten (homöopathisch potenzierten) Mengen zugeführt werden, um damit die Selbstregulation des Körpers anzustoßen. Es geht also nicht um eine Substitution des fehlenden Stoffes, sondern vielmehr um einen anstoßenden Reiz, die heilende Information in den Körper zu bringen. Durch den Einsatz der Schüßler-Salze werden die Selbstheilungskräfte des Körpers aktiviert, sie gehören daher zu den Reiz- und Regulationstherapien. Auf dieser Grundidee entwickelte Wilhelm Heinrich Schüßler seine Lehre der Mineralsalztherapie, der Biochemie – der Chemie des Lebens (vom griechischen Wort bios für Leben).

Die Komplex-Biochemie mit der Verwendung von so genannten Schüßler-Kombipräparaten entstand vor über 80 Jahren



und wurde vom Arzt Konrad Grams begründet. Im Jahr 1922 erschien erstmals sein »Handbuch der Komplex-Biochemie«, in dem er schreibt: »Unter Komplex-Biochemie verstehen wir die Vereinigung mehrerer Mineralsalze zu einem Mittel, welches zu den erkrankten Geweben oder dem erkrankten Körperteil in Beziehung steht. Es deckt gewissermaßen alle Krankheitserscheinungen der betreffenden Krankheit.« Das Konzept der Komplex-Biochemie beruht also auf der Idee, alle Stoffwechselvorgänge im Körper zu harmonisieren, indem alle beteiligten Organe einer Körperregion oder -funktion berücksichtigt werden. Und das klappt in einer sinnvollen Mischung, in der sich die enthaltenen Einzel-Schüßler-Salze ergänzen und unterstützen, umfassender als mit einem, nur zu bestimmten Symptomen passenden einzelnen Mineralsalz. Es wird also der gesamte Organismus in die Behandlung mit einbezogen, um damit der Komplexität körperlicher Vorgänge gerecht zu werden.

Hergestellt und vertrieben wurden die von Grams entwickelten Kombipräparate



von Anfang an in den 1923 gegründeten JSO-Werken, deren Name von den Initialen eines ihrer Gründer, Johannes Sonntag, stammt. Der Produktname, unter dem die einzelnen Schüßler-Kombipräparate in Apotheken zu kaufen sind, lautet: JSO Bicomplex. Dieser Name wird zum Zwecke der Eindeutig- und Unterscheidbarkeit der insgesamt 30 verschiedenen Kombipräparate in den folgenden Ausführungen dieses Buches weiter verwendet.

Die Herstellung der Kombipräparate

Alle Einzelbestandteile der JSO Bicomplexe werden, wie für die Herstellung von Schüßler-Salzen und homöopathischen Mitteln typisch, potenziert. Die potenzierten Einzelbestandteile werden bis zum vorletzten Potenzierungsschritt einzeln verrieben. Der letzte Schritt erfolgt dann bereits in der für das jeweilige Kombi-

präparat vorgesehenen Mischung. Dadurch sind die Bicomplexe mehr als die Summe der jeweiligen Einzelmittel. Denn durch den vorher beschriebenen letzten gemeinsamen Potenzierungsschritt in der Herstellung, erhält das jeweilige Mittel seine ganz spezielle Wirkweise.

Die Vorteile der Kombipräparate

Der große Vorteil der Kombipräparate gegenüber den Schüßler-Salzen liegt in der Einfachheit der Auswahl und Einnahme. Somit besitzen die JSO Bicomplexe vor allem in der Eigenbehandlung von alltäglichen Erkrankungen einen ganz besonderen Wert. Durch die Kombination der für das jeweilige Symptombild passenden Einzelmittel ist die Suche nach dem richtigen Mittel viel sicherer und einfacher. Zum Beispiel der Schnupfen: Bei den Schüßler-Salzen kommen viele verschiedene Mittel in Frage, wobei die jeweiligen Symptome und Stadien der Erkrankung genau berücksichtigt werden müssen. Dabei gilt es zu beachten, ob Sie nun im Anfangsstadium des Schnupfens sind, das Nasensekret eher hell-wässrig, gelblich-wässrig, gelb-schleimig oder bereits eitrig ist. Gerade bei einem Schnupfen sind je nach Stadium der Entzündung innerhalb kürzester Zeit mehrere Mittel angezeigt, deren Einsatz der weniger Geübte nur nach einer intensiven Beschäftigung mit der Wirkweise der einzelnen Salze unterscheiden und eindeutig bestimmen kann. Eine eindeutige Zuordnung ist eigentlich nur für einen erfahrenen Therapeuten möglich. Die Bicomplexe vereinen alle für die verschiedensten Stadien einer Erkrankung relevanten Mittel in einem, so sind

Sie bestens versorgt und können sich auf Gesundwerden konzentrieren, statt auf die ständige neue Suche des passenden Mineralsalzes.

Diese Vereinfachung geht dann bei der Einnahme weiter, Sie müssen jeweils nur eine Medikamenten-Packung bei sich haben und auch in der Gesamtmenge deutlich weniger Tabletten einnehmen. Gerade für berufstätige Menschen, auf Reisen oder für die Anwendung bei Kindern ist das eine große Erleichterung. Auch die eigene Hemmschwelle oder Angst, etwas falsch zu machen, wenn man sich auf ein Schüßler-Salz festlegen muss, entfällt. Und schließlich helfen die Bicomplexe auch Geld sparen, weil etwa im Falle eines Schnupfens ein oder höchstens zwei Mittel angeschafft werden müssen und nicht alle für einen Schnupfen relevanten sieben oder acht einzelnen Schüßler-Salze.

Doch natürlich hat auch die Wirkweise der Bicomplex-Mittel ebenso wie die Selbstbehandlung ihre Grenzen. Bessern sich die Beschwerden nicht, sollten Sie sich von einem Arzt oder Heilpraktiker untersuchen lassen. Bei einem Notfall sollten Sie selbstverständlich unverzüglich den Notarzt rufen.

Wo bekommen Sie die Mittel?

Die JSO Bicomplexe können Sie in Apotheken rezeptfrei kaufen bzw. bestellen. Hat eine Apotheke die gewünschten Mittel

nicht vorrätig, sind diese meist innerhalb von Stunden lieferbar. Wichtig: Nennen Sie dem Apotheker das jeweilige Mittel,

das Sie je nach Beschwerde-Bild aus diesem Buch herausgefunden haben, mit der folgenden Bezeichnung:

JSO Bicomplex plus entsprechender Nummer, zum Beispiel 15 für das Hustenmittel. Die Mittel werden in Tablettenform hergestellt und in Packungen zu 150 Tabletten verkauft. Der Preis für ein JSO Bicomplex liegt bei 8,93 Euro.

Noch einfacher ist die Bestellung des richtigen Mittels für den Apotheker, wenn Sie die Pharmazentralnummer (PZN) des jeweiligen Mittels parat haben, unter der er das Mittel in seinem Computer-Bestell-



programm finden kann. Auf der nächsten Seite finden Sie eine Auflistung aller Bicomplex-Mittel mit der jeweiligen PZN.

Dosierung und Anwendung

In den Beipackzetteln der JSO Bicomplexe werden Sie Empfehlungen für die Dosierung finden, die sich teilweise von den Einnahme-Hinweisen in diesem Buch unterscheiden. Ein Arzt oder Heilpraktiker ist frei in der Dosierung eines Heilmittels. Daher lautet auch der Hinweis in den Packungsbeilagen der Medikamente »... soweit nicht anders verordnet«. Die Angaben in diesem Buch sind bewährte Empfehlungen von Heilpraktikern, die bereits langjährig mit den JSO Bicomplex-Mitteln arbeiten. Zudem wird für jedes der aufgeführten Mittel im Beschwerde-Teil dieses Buches die speziell empfohlene Dosierung angegeben. Das gibt Ihnen zusätzliche Sicherheit, dass Sie die richtige Anzahl von Tabletten einnehmen. Wichtig ist in diesem Zusammenhang: Die JSO Bicomplex-Mittel haben keine Nebenwirkungen.

Allgemein gilt für die Dosierung bei Erwachsenen: Bei akuten Beschwerden können bis zum Eintritt einer Besserung alle zehn Minuten ein bis zwei Tabletten ein-



		PZN
JSO Bicomplex 1	Abführmittel	0544817
JSO Bicomplex 2	Blutmittel	0544823
JSO Bicomplex 3	Darmmittel	0544846
JSO Bicomplex 4	Drüsenmittel	0544852
JSO Bicomplex 5	Krampfmittel	0544869
JSO Bicomplex 6	Fiebermittel	0544875
JSO Bicomplex 7	Innersekretorisches Mittel	0544881
JSO Bicomplex 8	Gefäßmittel	0544898
JSO Bicomplex 9	Gicht- und Rheumatismussmittel	0544906
JSO Bicomplex 10	Haarmittel	0544912
JSO Bicomplex 11	Hautmittel	0544929
JSO Bicomplex 12	Herzmittel	0544935
JSO Bicomplex 13	Knochenmittel	0544941
JSO Bicomplex 14	Geschwürmittel	0544958
JSO Bicomplex 15	Hustenmittel	0544964
JSO Bicomplex 16	Magenmittel 1	0544970
JSO Bicomplex 17	Magenmittel 2	0544987
JSO Bicomplex 18	Kräftigungsmittel	0544993
JSO Bicomplex 19	Nerven- und Gehirnmittel	0545001
JSO Bicomplex 20	Nierenmittel	0545018
JSO Bicomplex 21	Schleimhautmittel	0545024
JSO Bicomplex 22	Schwangerschaftsmittel	0545030
JSO Bicomplex 23	Konstitutionsmittel	0545047
JSO Bicomplex 24	Ausscheidungsmittel	0545053
JSO Bicomplex 25	Wassersuchtmittel	0545076
JSO Bicomplex 26	Blasenmittel	0545082
JSO Bicomplex 27	Lebermittel	0545099
JSO Bicomplex 28	Lymphmittel	0545107
JSO Bicomplex 29	Muskelmittel	0545113
JSO Bicomplex 30	Zahnmittel	0545136

genommen werden. Für die anschließende oder längerfristige Behandlung liegt die von den Therapeuten meist empfohlene Einnahme bei drei- bis viermal täglich zwei bis drei Tabletten – je nach Schwere der Beschwerden.

Die Tabletten sollten Sie möglichst langsam im Mund zergehen lassen, damit der Körper die Wirkstoffe sofort über die Mundschleimhaut aufnimmt. Daher wird auch empfohlen die Tabletten nicht zusammen mit Mahlzeiten oder Getränken einzunehmen, sondern mindestens eine halbe Stunde vor (oder eine Stunde nach) dem Essen.

Die Schüßler-Kombipräparate eignen sich auch ergänzend zur schulmedizinischen Therapie und können begleitend zu anderen Arzneimitteln eingesetzt werden.

Die einzelnen Mittel können auch kombiniert oder im Wechsel eingenommen werden. In welchen Fällen das jeweils angeraten ist, erfahren Sie ebenfalls im Beschwerde-Teil dieses Buches. Generell gilt: Bei einer kombinierten Einnahme ist gemeint, dass beide Mittel zusammen eingenommen werden; allerdings mit einem Abstand von etwa fünf Minuten oder das eine Mittel vor dem Essen, das andere nach dem Essen.

Bei dem Hinweis »Mittel im Wechsel einnehmen« ist der tägliche Wechsel gemeint: An einem Tag wird nur das eine Mittel in der empfohlenen Dosierung, also

etwa dreimal zwei Tabletten, eingenommen. Am darauf folgenden Tag wird dann nur das zweite Mittel genommen, am dritten Tag dann wieder das erste.

Im Beipackzettel werden Sie ebenso den Hinweis finden, dass Sie das Mittel nicht einnehmen dürfen, wenn Sie gegen Weizenstärke überempfindlich, also allergisch, reagieren. Zudem kann Weizenstärke geringe Mengen Gluten enthalten, diese geringen Mengen gelten aber für Zöliakie-Patienten als verträglich. Wenn Sie trotzdem unsicher sind, fragen Sie Ihren Arzt oder Heilpraktiker.

Auch Milchzucker (Laktose) ist in dem Mittel enthalten, weil es für die Herstellung homöopathischer Tabletten vorgeschrieben ist. Bei einer nachgewiesenen Unverträglichkeit von Laktose sollten Sie zuerst mit Ihrem Therapeuten die Einnahme besprechen. In der Regel werden die geringen Mengen aber gut vertragen.

Dosierung bei Kindern

Babys und Kleinkindern können Eltern sowohl im akuten Zustand als auch für die längerfristige Behandlung drei- bis viermal täglich je eine Tablette verabreichen – entweder aufgelöst in etwas Muttermilch oder Wasser oder indem sie die Tablette einfach in die Bäckentasche des Kindes schieben. Mit zunehmendem Alter kann die Dosierung dann auf zwei Tabletten bei gleicher Einnahmehäufigkeit erhöht werden.