

Die Schüßler-Salze im Einzelnen

Schüßler selbst entdeckte 12 lebensnotwendige Mineralstoffverbindungen, die für einen gesunden Organismus große Bedeutung haben. 15 zusätzliche Mineralstoffe wurden in die Liste der Wirkstoffe aufgenommen, die als Erweiterungsmittel bezeichnet werden. Im Folgenden finden Sie eine kurze Übersicht, mit deren Hilfe Sie die Mineralstoffe für den Hausgebrauch einsetzen können.

Die 12 Schüßler-Salze

Schüßler hatte in seiner Liste zunächst den zwölften seiner Mineralstoffe aus seiner Heilweise entfernt, da Gustav von Bunge, ein zeitgenössischer Chemiker, in seinen Untersuchungen feststellte, dass dieser Mineralstoff nicht zum ständigen Bestand des menschlichen Körpers gehöre. Das erwies sich als Irrtum. Deshalb haben viele Anwender **Nr. 12 Calcium sulfuricum** in die Reihe der Mineralstoffe nach Schüßler mit

großem Erfolg wieder aufgenommen. Es gibt aber heute noch immer Schüßler-Anwender, die nur die ersten 11 Schüßler-Salze verwenden, andere nur die ersten 12, aber viele wenden alle nun bekannten 27 Mineralstoffverbindungen an.

Wichtig: Bei ernststen Beschwerden oder chronischen Beschwerden ist immer ein Arzt heranzuziehen!

Nr. 1

Calcium fluoratum (Flussspat)



Aufgaben. **Nr. 1 Calcium fluoratum** ist zuständig für die Elastizität der Gewebe, also für Sehnen, Bänder, Gefäße und Muskeln, außerdem für den Zahnschmelz und die Knochenoberfläche. Fehlt der Mineralstoff, führt das entweder zu Dehnungen, Ver-

kürzungen oder zu Verhärtungen. Er ist auch der Mineralstoff für die schützenden Hüllen wie für den Zahnschmelz und die Knochenoberfläche. **Nr. 1 Calcium fluoratum** ist der Betriebsstoff für den Hornstoff, das Keratin. Bei einem Mangel tritt dieser an

die Hautoberfläche und bildet eine Hornhaut oder es entstehen schmerzhaft Schrunden.

Anwendungsgebiete. Schwielen, Hornstoffaustritt (besonders an den Fersen), Risse an Händen und Lippen, übermäßig biege-

same oder splitternde Fingernägel, Überbeine, Plattfüße, Krampfadern, Hämorrhoiden, Karies, lockere Zähne, einknickende Knöchel, Bänderdehnung (Schlottergelenke), Sehnenverhärtungen und -verkürzungen, blaue Lippen, welke Haut, Schrunden, Haltungsschäden.

Nr. 2

Calcium phosphoricum



Aufgaben. Dieser Mineralstoff ist das wichtigste Knochenaufbaumittel, er bildet auch das Zahnbein. Weiterhin wird Nr. 2 Calcium phosphoricum für die Blutbildung, den Eiweiß- und Zellaufbau benötigt. Der Mineralstoff wird im Körper zur Neutralisation von Säuren eingesetzt und ist außerdem ein wichtiges Aufbaumittel nach Krankheiten.

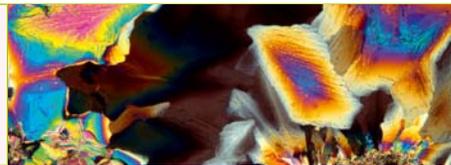
Anwendungsgebiete. Blutarmut, Schlafstörungen, Muskelkrämpfe, Kribbeln und Taubheit an Händen und Füßen, Knochenaufbau, Wachstumsschmerzen, Osteoporose,

Knochenbrüche, Wetterempfindlichkeit, Schweißausbrüche, bellender Husten vor allem bei Kindern, zu schneller Pulsschlag, Nervosität, Spannungskopfschmerz.

Anmerkungen. Ein Mangel an Calcium phosphoricum führt zu Heißhunger auf pikante Speisen, vor allem auf Ketchup, Senf und Geräuchertes. Besonders Kinder sind sehr anfällig für Defizite, da sie für den gesunden Aufbau ihres Körpers sehr viel von diesem Mineralstoff benötigen und verlangen häufig Ketchup zu ihren Speisen.

Nr. 3

Ferrum phosphoricum



Aufgaben. Nr. 3 Ferrum phosphoricum wird eingesetzt bei Verletzungen und allen plötzlich auftretenden, akuten Gesund-

heitsstörungen. Immer dann, wenn die körpereigenen Abwehrkräfte in Alarmzustand versetzt werden, wirkt dieser Mine-

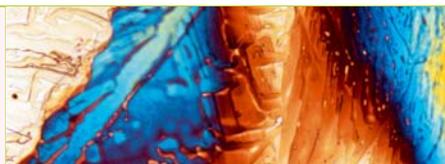
ralstoff unterstützend. Der Mineralstoff ist das Mittel für die erste Hilfe, vor allem bei Schmerzen. Beginnende entzündliche Prozesse und frische Wunden, aber auch infektiöse Kinderkrankheiten im Anfangsstadium werden günstig beeinflusst. Vorbeugend genommen stärkt **Nr. 3 Ferrum phosphoricum** die Widerstandskraft und beugt Muskelkater vor. Außerdem ist es ein wesentlicher Bestandteil der roten Blutkörperchen und damit unentbehrlich für den Sauerstofftransport zur Zelle.

Anwendungsgebiete. Akutmittel, Entzündungen aller Art, frische Verletzungen – wobei in diesem Falle das Auflegen von

aufgelösten Mineralstofftabletten in Form eines Breies empfehlenswert ist, niederes Fieber bis 38,8 °C, Ohrenschmerzen, Mittelohrentzündung, Rauschen im Ohr – was auf Durchblutungsstörungen schließen lässt; klopfende, pochende, pulsierende Schmerzen; auch Kopfschmerzen, mangelnde Konzentrationsfähigkeit, Eisenmangel, Sonnenunverträglichkeit, Vorbeugen eines Muskelkaters.

Anmerkungen. Kaffee und schwarzer Tee durch das Koffein und Kakao durch das enthaltene Theobromin sind „Eisenräuber“. **Nr. 3 Ferrum phosphoricum** als Betriebsstoff wird vermehrt verbraucht.

Nr. 4 Kalium chloratum



Aufgaben. **Nr. 4 Kalium chloratum** bindet und bildet im Körper Faserstoffe wie das Kollagen oder Elastin, die ein wesentlicher Bestandteil des Bindegewebes sind, und beeinflusst die Drüsentätigkeit. Der Mineralstoff bindet zudem im Blut das Fibrinogen, Faserstoffe im Blut. Bei einem Mangel kann der Körper die Faserstoffe nicht mehr in Lösung halten und sie flocken zunehmend aus, das Blut wird dickflüssiger und dehnt oberflächliche Äderchen auf, was zu Couperose oder Besenreisern führt. Wenn nach dem akuten Stadium einer Krankheit, das mit **Nr. 3 Ferrum phosphoricum** in Zusammenhang zu bringen ist, die Krankheit in den Körper einzieht, ist **Nr. 4 Kalium**

chloratum das Mittel der Wahl. Wenn Gefahr besteht, dass sie chronisch wird, kommt **Nr. 6 Kalium sulfuricum** in Betracht.

Anwendungsgebiete. Drüenschwellungen, weiche Schwellungen, Krampfadern, Couperose – Äderchen im Gesicht, Besenreiser, Hautgriß, Husten und Verschleimung – weißlich-schleimige Absonderungen, Blutverdickung, Schwerhörigkeit, Neigung zu Übergewicht.

Anmerkungen. Genuss von Alkohol oder belastender Elektrosmog verbrauchen sehr viel vom Betriebsstoff **Nr. 4 Kalium chloratum**.