

GÜNTHER H. HEEPEN

Schüßler-Salze

Der schnelle Weg zum
richtigen Mittel



G|U

Ein Wort zuvor

GESUNDHEIT, so die Weltgesundheitsorganisation (WHO), ist der Zustand des körperlichen, geistig-seelischen und sozialen Wohlbefindens. Um in diesen Zustand zu gelangen oder ihn zu erhalten, suchen viele Menschen nach natürlichen Heilmethoden, die ohne Nebenwirkungen und einfach anzuwenden sind. Nicht zuletzt deshalb möchten immer mehr Patienten selbst aktiv werden, um Beschwerden zu lindern, sie zu heilen oder ihnen vorzubeugen.

DIE BIOCHEMIE NACH DR. SCHÜSSLER mit ihrer bemerkenswerten Heilkraft ist wie kaum eine andere Methode für die Selbstbehandlung und ärztliche Behandlung geeignet: Schüßler-Salze sind natürliche Heilmittel, nebenwirkungsfrei und einfach anzuwenden.

IN DIESEM KOMPASS erläutere ich, wie Sie sich und Ihrer Familie mit den Schüßler-Salzen selbst helfen können. In »Beschwerden von A–Z« (ab Seite 53) habe ich Ihnen die häufigsten Beschwerden mit den für die Selbstbehandlung passenden Salzen zusammengestellt, und, um Ihnen mehr Sicherheit bei der Selbstbehandlung zu vermitteln, Sie jeweils darauf aufmerksam gemacht, wann Sie einen Arzt/Heilpraktiker aufsuchen sollten.

INFORMIEREN SIE SICH BITTE vor der Behandlung in Ruhe über »Biochemie nach Dr. Schüßler« (ab Seite 4), über »Selbstbehandlung mit Schüßler-Salzen« (siehe Seite 11) sowie »12 Schüßler-Salze und 12 Ergänzungsmittel« (siehe Seite 19) – je besser Sie die Methode kennen, desto gezielter können Sie sich und Ihrer Familie helfen.

Günther H. Heepen

Ein Wort zuvor	2
Biochemie nach Dr. Schüßler	4
Aufbruchstimmung in der Medizin	4
Entwicklung der Schüßler-Therapie	5
Die Ergänzungsmittel	9
Biochemie ist nicht Homöopathie	10
Selbstbehandlung mit Schüßler-Salzen	11
Einnahme und Dosierung der Salze	11
»Heiße Sieben«	13
Was die Behandlung mit Schüßler-Salzen unterstützt	14
12 Schüßler-Salze und 12 Ergänzungsmittel	19
Beschwerden von A–Z	53
Mineralsalze im Körper	90
Zum Nachschlagen	92
Register	92
Bücher und Adressen, die weiterhelfen	95

Biochemie nach Dr. Schüßler

Der Begriff »Biochemie«, abgeleitet aus dem Griechischen von **bios: Leben** und **Chemie: die Wissenschaft der Elemente**, bedeutet »Chemie des Lebens«, also die Lehre von den chemischen Vorgängen im Organismus, zum Beispiel Stoffwechsel, Sekretion und Verdauung.

Weil die von ihm in die Medizin eingeführten, natürlicherweise im Körper vorkommenden Mineralsalze (= Mineralstoffe) chemische Prozesse in der Zelle steuern (Stoffaustausch, Zellteilung, Nährstoffverwertung, Reizweiterleitung), sie beeinflussen oder wieder ermöglichen, nannte der Arzt Dr. Schüßler seine Therapie »Biochemie«, die Heilmittel »Funktionsmittel«.

Aufbruchstimmung in der Medizin

Die Medizin gegen Ende des 19. Jahrhunderts war in Aufbruchstimmung; sie ersetzte überholte Denkmodelle durch neue, fundamentale Erkenntnisse der Wissenschaft. Bis dahin galt die »Humoralpathologie«, auch »Säftelehre« genannt, als Erklärungsmodell für die Entstehung von Krankheiten: Alle Krankheiten, so nahm man an, entstehen aufgrund einer fehlerhaften Zusammensetzung des Blutes und anderer Körpersäfte sowie infolge einer Anhäufung von Schadstoffen im Körper. Durch die Ausleitung mittels Aderlass, Schröpfen sowie Durchfall und Erbrechen, die künstlich hervorgerufen wurden, versuchte man, Krankheiten zu heilen und die Zusammensetzung der Körpersäfte zu ordnen.

Als der Mediziner Professor Dr. Rudolf Virchow (1821 bis 1902) feststellte, welche große Bedeutung die Zelle als Lebensseinheit im menschlichen Organismus hat, und den Satz aufstellte »Das Wesen der Krankheit ist die pathogen (krankhaft) veränderte Zelle«, wandte die etablierte Medizin sich endgültig von der Humoralpathologie ab und der Zellulärpathologie zu.

Entwicklung der Schüßler-Therapie

Dr. med. Wilhelm Heinrich Schüßler (1821 bis 1898) war Allgemeinmediziner. Er hatte in Berlin, Paris, Gießen und Prag Medizin studiert, dann sein Staatsexamen gemacht und promoviert. Er ließ sich als Arzt, Wundarzt und Geburtshelfer in Oldenburg nieder.

Schon während seines Studiums interessierte er sich für die Homöopathie des deutschen Arztes Samuel Hahnemann (1755 bis 1843), in seiner Praxis wandte er sie dann an. Später zog er sich von der Homöopathie zurück.

Die Homöopathie Hahnemanns

Hahnemann hatte Ende des 18. Jahrhunderts die Ähnlichkeitsregel formuliert: »Ähnliches möge mit Ähnlichem geheilt werden.« In der Homöopathie wird also das Mittel, das bei einem Gesunden bestimmte Symptome auslöst, zur Behandlung eben dieser Symptome beim Kranken eingesetzt. Dazu wird das Mittel verdünnt und verschüttelt oder verrieben = potenziert.

Ein Beispiel: Die Inhaltsstoffe der Zwiebel, die durch Zerschneiden freigesetzt werden, lösen bei vielen Menschen Brennen der Augen und Tränenreiz aus. In der Homöopathie wird die Zwiebel (botanischer Name *Allium cepa*) als *Allium cepa* D6 bei genau diesen Symptomen eines Kranken verabreicht.

Verdauungsstörungen

- mit Druckgefühl, Auftreibung des Leibs nach fettreicher Mahlzeit – Natrium phosphoricum D6, Tabletten
- mit Gasbildung – Lithium chloratum D6, Tabletten
- bei Kindern – Calcium carbonicum D6, Tabletten
- bei Säuglingen nach Milchgenuss – Natrium phosphoricum D6, Tabletten

Verstopfung

- mit Blähungen – Manganum sulfuricum D6, Tabletten
- bei Aufregung (zum Beispiel während einer Reise) – Kalium phosphoricum D6, Tabletten
- mit trockenem, schleimlosem Stuhl – Natrium chloratum D6, Tabletten; alternativ Kalium bromatum D6, Tabletten

Gelenkerkrankungen

Gelenkentartung, Knorpelab- und -umbau (Arthrose)

Eine (nicht entzündliche) Entartung der Gelenke mit Knorpelrückbildung, -schwund und Schmerzen, die vor allem morgens auftreten (sogenannter Anlaufschmerz).

Allgemein bei Arthrose

- ansteigende Fußbäder (siehe **Schiele-Bäder** Seite 15) – mit Silicea D3, Tabletten, zur Stabilisierung des Gelenkknorpels

Bewährt hat sich das Arthrose-Schema

Arthrose-Schema – die Behandlung

- Calcium fluoratum D12, Tabletten, im Laufe des Vormittags drei Tabletten, zusätzlich Calcium-fluoratum-Salbe
- Silicea D3, Tabletten, im Laufe des Nachmittags drei Tabletten

- Manganum sulfuricum D6, Tabletten, im Laufe des Abends drei Tabletten
- Calcium-fluoratum-Salbe, Salbenumschläge über Nacht Behandlungsdauer drei Monate
- bei Schmerzen »Heiße Sieben« (siehe Seite 13)

Gelenkentzündung (Arthritis)

! Gehen Sie zum Arzt!

- Entzündung der Gelenke mit Röte, Wärme, Schwellung und Schmerz im Gelenkbereich
- zur Unterstützung der ärztlichen Behandlung – Ferrum-phosphoricum-Salbe und Ferrum phosphoricum D12, Tabletten, im Wechsel mit Kalium-chloratum-Salbe und Kalium chloratum D6, Tabletten; alternativ oder zusätzlich Manganum sulfuricum D6, Tabletten
- zum Aufbau und zur Regeneration des Knorpels – Manganum sulfuricum D6, Tabletten; zusätzlich Silicea D3, Tabletten

Gicht

! Gehen Sie zum Arzt!

- Neigung zu Gicht und Harnsäureablagerungen – Natrium phosphoricum D6, Tabletten, und Natrium-phosphoricum-Salbe
- zur Ausscheidung von Harnsäure und zur Lösung von Harnsäureablagerungen im Körper – Lithium chloratum D6, Tabletten, oder Natrium bicarbonicum D6, Tabletten

Wenn Sie an Gicht leiden, ist es wichtig, auf die Ernährung zu achten. Verzichten Sie auf Innereien von Schlachttieren wie Leber, Nieren, Kalbsbries und Zunge. Ebenso sollten Sie Hering, Sardellen und Sprotten meiden. Ungeeignet bei Gicht sind auch Erbsen, Bohnen, Linsen und Bier.

Muskelkater

- Natrium phosphoricum D6, Tabletten, im Wechsel mit Ferrum phosphoricum D12, Tabletten, und Magnesium phosphoricum D6, Tabletten; auch zur Vorbeugung abwechselnd im Mund zergehen lassen

Muskelkrämpfe

! Gehen Sie zum Arzt!

- nach Überanstrengung (Schreibkrampf, Finger- und Wadenkrampf) – Kalium phosphoricum D6, Tabletten
- bei allen anderen Krämpfen (Krampfhusten, Bauch- und Wadenkrampf) – Magnesium phosphoricum D6, Tabletten, als »Heiße Sieben« (siehe Seite 13)

siehe **Krämpfe** Seite 74

Muskelschwäche

Muskelschwäche zeigt sich in Kraftlosigkeit, aber auch in einer Blasenschwäche oder einer Schwäche des Darmschließmuskels mit häufigem Wasserlassen, unkontrolliertem Harnabgang (zum Beispiel beim Lachen) oder Durchfall. Bei Kindern entwickelt sich eine Muskelschwäche oft nach durchgemachten Infektionskrankheiten und ist harmlos. Bei Blasen- und Darmschließmuskelschwäche können auch Nervosität und generelle Unruhe als Ursache vorliegen (siehe Seite 84).

- Symptome wie Harndrang, häufiges Harnlassen mit Schmerzen – siehe **Entzündungsstadien** Seite 18 und **Blasenerkrankungen** Seite 56
- emotionale Belastung oder psychischer Stress – siehe **psychische Erkrankungen** Seite 83
- allgemeine Muskelschwäche – Kalium phosphoricum D6, Tabletten

- mit Schmerzen – Magnesium phosphoricum D6, Tabletten
- nach Krankheiten und Bettlägerigkeit – Kalium phosphoricum D6, Tabletten; außerdem maßvolle Bewegungsübungen oder Krankengymnastik

Nagelerkrankungen

Brüchige Finger- und Zehennägel

- Silicea D3, Tabletten, unterstützend auch Silicea-Salbe

Nagelpilze (Onychomykosen)

- Nagelpilze und Wachstumsstörungen der Finger- und Zehennägel mit Aufquellung, Verdickung und weißgelblicher Verfärbung der Nagelplatte – Calcium-fluoratum-Salbe, Salbenumschläge über Nacht, mehrere Wochen; morgens: Silicea-Salbe auftragen

Schlecht entwickelte Finger- und Zehennägel

- Manganum sulfuricum D6, Tabletten

Nasenerkrankungen/Schnupfen

Fließschnupfen

- akuter Fließschnupfen, mit klarem Sekret und Niesen, auch mit brennendem Sekret, auch bei Fließschnupfen, der stets morgens auftritt – Natrium chloratum D6, Tabletten; anfangs alle paar Minuten eine Tablette
- chronisch, mit gelbgrünem Sekret – Kalium sulfuricum D6, Tabletten
- chronisch, steter Sekretfluss, gelblich – Calcium sulfuricum D6, Tabletten
- mit weißem Sekret: Kalium chloratum D6, Tabletten

Selbstbehandlung nach Dr. Schüßler



- › **Informativ:** Was sind Schüßler-Salze und wie wirken sie?
- › **Übersichtlich:** Mit detailliertem Symptomregister von A wie Abwehrschwäche bis Z wie Zahnschmerzen.
- › **Einfach:** Gezielte Empfehlungen für die Selbstbehandlung machen die Umsetzung ganz unkompliziert.

WG 466 Alternative Heilverfahren

ISBN 978-3-8338-5008-0



€ 7,99 [D]

€ 8,30 [A]

www.gu.de

G|U