

Schüßler Salze

Salze des Lebens

Der homöopathische Arzt **Wilhelm Heinrich Schüßler** (1821-1898) nahm an, dass Krankheiten zu einem großen Teil durch einen gestörten Mineralstoffhaushalt entstehen und dass das Fehlen eines bestimmten Mineralstoffs den ganzen Stoffwechsel beeinträchtigt.

Dr. Schüßler gründete seine Therapie auf insgesamt **12 Mineralsalze**, die er als Funktionsmittel bezeichnete. Der Grund hierfür: sie erfüllen wesentliche Funktionen in unseren Körperzellen und sind geeignet, eine Vielzahl von Funktionsstörungen zu beseitigen.

Die Mineralstoffe werden nach ihren Hauptfunktionen ausgewählt. Dabei gibt es keine Beschränkung in der Anzahl, alle Mineralstoffe kann man miteinander kombinieren.

Die Dosierung unterscheidet sich danach ob es sich um akute oder chronische Beschwerden handelt, jedoch nicht nach dem Lebensalter. Bei akuten Symptomen wird alle 3-5 Minuten eine Tablette auf der Zunge zergehen gelassen. Der Erfolg tritt hier auch dementsprechend rasch ein. Wurde nicht im ersten Stadium der „Erkrankung“ eingegriffen und handelt es sich also schon um chronische Beschwerden, so erfolgt die Einnahme - je nach Ausprägung des Mangels - von 5-10, manchmal sogar bis zu 20 Tabletten über den Tag verteilt über einen längeren Zeitraum.

Übersicht der 12 Salze nach Dr. Schüßler mit ihren Hauptfunktionen:

Nr. 1 – Calcium fluoratum	Elastizität von Blutgefäßen, Haut, Bändern, Sehnen
Nr. 2 – Calcium phosphoricum	Stabilität von Knochen und Muskeln, Eiweißstoffwechsel
Nr. 3 – Ferrum phosphoricum	Sauerstofftransport, Konzentration, Erste Abwehr
Nr. 4 – Kalium chloratum	Bindegewebe, Drüsen, Entgiftung
Nr. 5 – Kalium phosphoricum	Gewebeaufbau, Lebensenergie
Nr. 6 – Kalium sulfuricum	Abtransport von Schadstoffen aus der Zelle, immer + Nr. 10
Nr. 7 – Magnesium phosphoricum	An- und Entspannung von Muskeln und Nerven
Nr. 8 – Natrium chloratum	Wasserhaushalt, Entgiftung, Knorpel und Schleimhäute
Nr. 9 – Natrium phosphoricum	Entsäuerung, Fettstoffwechsel
Nr. 10 – Natrium sulfuricum	Entschlackung
Nr. 11 – Silicea	Struktur des Bindegewebes, Nervenfunktion, immer + Nr.9
Nr. 12 – Calcium sulfuricum	Reinigung von Schadstoffen und Säuren, Gewebsdurchlässigkeit, immer + Nr. 9 und Nr. 10