

Die Salze des Lebens

In der Naturheilkunde sind sie nicht wegzudenken, viele Patienten schwören auf ihre Wirkung: die Schüßler-Salze.

Erkenntnissen von Dr. Wilhelm Schüßler (1821–1898) zufolge beruhen Krankheiten häufig auf Missverhältnissen bestimmter Salze im menschlichen Körper. Durch eigene Forschung fand er zwölf Mineralsalze, die nach seiner Auffassung eine Schlüsselstellung für wichtige Organe und Stoffwechselläufe haben und den Körper damit wieder in Balance bringen.

Heute weiß man: Mit der Zufuhr von Mineralstoffen kann der Zellstoffwechsel reguliert und die extra- und intrazellulären Konzentrationen der Mineralstoff-Ionen gesteuert werden. Dr. Schüßler bezeichnete seine Salze als biochemische Funktionsmittel, heute werden sie nach ihm „Schüßler-Salze“ genannt. Mit der Gabe der richtigen Salze war Schüßler in der Lage, viele Beschwerden gezielt und erfolgreich zu behandeln. Da er dazu nur zwölf Mittel verwendete, ist die Schüßler-Therapie eine einfache Heilmethode und auch für die Selbstmedikation geeignet. Später wurde die Palette um zwölf weitere Salze, die sogenannten Ergänzungsmittel, erweitert, so dass heute 24 Schüßler-Salze zur Verfügung stehen.

Um die Mineralverbindungen als Arzneimittel zu nutzen, wandte Schüßler das homöopathische Prinzip der Potenzierung (stufenweise Verdünnung bzw. Verreibung) an. Substanzen werden dabei in Dezimal-Schritten mit Milchzucker

verrieben. Daraus ergibt sich die sogenannte Potenz. Sie ist neben der Nummer jedes der Salze zu finden. D1 bezeichnet dabei den ersten Potenzierungsschritt, bei dem neun Teile Milchzucker mit einem Teil Mineralsalz verrieben werden. Anschließend wird aus einem Teil D1-Potenzierung und wiederum neun Teilen Milchzucker der nächste Verdünnungsschritt, also die D2 Potenzierung gewonnen. Die meisten Schüßler Salze sind in der D6- und D12-Potenzierung erhältlich. In dieser speziell aufbereiteten, potenzierten Form können die feinstofflich aufgeschlossenen Mineralsalze schnell vom Körper aufgenommen und damit den Körperzellen zugänglich gemacht werden. Durch diesen feinen Impuls soll der Organismus Mineralstoffe wieder besser aufnehmen und verarbeiten können.

Schüßler-Salze werden in Deutschland vor allem als Tabletten verwendet, es gibt sie aber auch als vegane Globuli sowie als Cremes, Gele oder Salben. Eine beliebte Form der Anwendung sind auch Kuren, etwa als Immun-, Energie- oder Balance-Kur. Und wie kann man nun Schüßler-Salze bei akuten oder chronischen Beschwerden, bei Haut- oder Darmerkrankungen, bei Frauenbeschwerden, Stress oder bei Erkrankungen des Immunsystems einsetzen?

Lesen Sie alles dazu in unserem Supplement zum Praxis-Magazin „Schüßler-Salze“.

Ihr Redaktionsteam

INHALT

Das Schüßler-Prinzip – Mensch in Balance.....	4
Aktiv gegen Stress – Die Seele ins Gleichgewicht bringen	5
Starke Immunabwehr – dank gesunder Schleimhaut	6
Sanfte Hilfe für sensible Haut	8
Darm gut – alles gut!	10
Wechseljahre – eine besondere Zeit	12
Zwölf Salze auf einen Blick	14