

Schüßler-Salze

Von Dr. Detlef Eichberg



Im Prinzip ist es mir zuwider, wenn die Medien ständig einen neuen „Hit“ auf dem alternativen Gesundheitssektor anbieten. Alle zwei Wochen hören und sehen wir neue Heilversprechen „fiehr gähsche alles“. Sofort setzt der Ansturm auf gestoßene Tigerzähne, Aloe Vera, Schwarzbereen und andere wahre Wundermittel ein. Oftmals von pseudowissenschaftlichen Scheinprofessoren oder Prominenz aus dem Show-Geschäft und sogar Politik (wobei zwischen diesen beiden Genres kaum ein Unterschied besteht) angepriesen, ebbt der Boom sehr bald auch wieder ab, wenn sich das Ganze als Versuch und Irrtum entpuppt.

So sollte der Laie sich der Kompetenz erfahrener Fachberater anvertrauen, die notfalls auch die Illusion unhaltbarer Versprechungen relativieren.

Damit möchte ich natürlich jetzt nicht die Gesamtheit alternativer Ansätze platt machen. Im Gegenteil: oftmals sanieren ganzheitliche Ansätze das Übel mehr an der Wurzel als „kosmetische“ Maßnahmen, die nur die Symptome „abschneiden“. Andererseits werden auch solch erprobte Therapeutika wie die Schüßler-Salze die mit hoher Messlatte angepeilten Versprechungen in der Regenbogenpresse, wie da wären Gewichtsreduktion um 70%, Glattbügeln von Falten, Reparatur gescheiterter Beziehungen, Lottogewinne und dergleichen mehr, nicht alle erfüllen können.

Vor gut 150 Jahren fand der homöopathische Arzt Dr. Wilhelm Schüßler (1821-1896) heraus, dass in der menschlichen Asche zwölf anorganische Salze zu finden sind. Diese Mineralstoffe müssen also eine unverzichtbare Funktion im menschlichen Organismus inne haben. Es stellte sich heraus, dass diese Salze als Katalysatoren, d.h. die Stoffwechselfunktion fördernde Helfer, lebenswichtig sind. Wir nehmen zwar Mineralstoffe mit der Nahrung auf, aber die Mengenverhältnisse untereinander sind dabei recht unausgewogen. Des weiteren blockieren Umwelt- und Genussgifte, sowie Nahrungsmittel-zusätze Ionen-Kanäle, die für den Transport von Salzen in die Zelle zuständig sind. Schüßler verabreichte nun die homöopathisch aufbereiteten biochemischen Funktionssalze und schoss so gewissermaßen den Weg frei für die mit der Nahrung aufgenommenen Mineralstoffe.

Wie bereits erwähnt, existieren insgesamt zwölf klassische Mineralsalze nach Dr. Schüßler. Nr.1 ist Calcium fluoratum, eine Verbindung, die das Bindegewebe festigt und die Haut geschmeidig hält. Somit lohnt sich der Einsatz u.a. bei Schwielen (Überproduktion von Hornhaut), Schuppenflechte und Warzen. Als Hauptindikation würde ich aus meiner Sicht den Einsatz bei Osteoporose ansehen, da Calcium fluoratum die Mineralmatrix der Knochen stärkt. Aber auch Sehnen, Bänder und Zähne profitieren von diesem biochemischen Salz.

Calcium phosphoricum die Nr. 2- ist ebenfalls ein wichtiges Knochensalz. Da es darüber hinaus die Zellregeneration unterstützt, gilt es des weiteren als allgemein stärkendes Mittel. Die Nr. 3 ist Ferrum phosphoricum. Dieses Salz hilft, das mit der Nahrung aufgenommene Eisen im Organismus dorthin zu bringen, wo es gebraucht wird, z.B. für die Blutbildung und zur Anregung der Abwehrkräfte. Da der Phosphatanteil die Energieversorgung der Zellen unterstützt, erfolgt der Einsatz von Nr. 3 auch zur Stärkung des Immunsystems und Stoffwechsels. Kalium chloratum, die Nr. 4, wird bei gereizten und entzündeten Schleimhäuten eingesetzt. Kalium phosphoricum bringt als Nr. 5 Körper und Psyche wieder ins Lot und kann bei Schwäche- und Erschöpfungszuständen zur Anwendung kommen. Kalium sulfuricum (Nr. 6) hilft bei Entgiftungsprozessen, z.B. nach Entzündungen. Magnesium phosphoricum als Nr. 7 hilft bei allen krampfartigen Beschwerden wie Wadenkrämpfe, Migräne, gynäkologischen Beschwerden. Besonders beliebt ist die „heiße Sieben“: 10 Tabletten Magnesium phosphoricum D6 werden in heißem Wasser aufgelöst und bei akuten Beschwerden schluckweise getrunken. Die Nr. 8 ist Natrium chloratum. Dieses Schüßler-Mittel wird bei trockenen Schleimhäuten, z.B. infolge trockener Heizungsluft oder Klimaanlage, eingesetzt. Bei beginnender Rhinitis (Schnupfen) wird alle zehn Minuten eine Tablette Natrium chloratum gelutscht. Natrium phosphoricum Nr. 9- ist ein Entsäuerungsmittel und hilft bei rheumatischen Beschwerden und chronischer Gastritis. Nr. 10 als Natrium sulfuricum schwemmt Ödeme, also Wasseransammlungen im Gewebe, aus und regt die Tätigkeit der Bauchspeicheldrüse, der Leber, der Galle und der Nieren an. Silicea (Kieselerde) strafft Haut und Bindegewebe, macht also als Nr. 11 einfach schön. Schüßler-Salz Nr.12 ist Calcium sulfuricum, das Arthrose vorbeugt, indem es Knorpelsubstanz aufbauen hilft. Auch Hautprobleme wie z.B. Furunkel und Akne werden durch Calcium sulfuricum gebessert.

Um kein Karussell im Kopf zu bekommen, empfiehlt sich die Auflistung der Biochemiesalze von 1 bis 12 mit entsprechend zugeordneten Indikationen in Stichpunkten. Diesbezüglich halten Apotheken auch unterstützende Literatur bereit.