NEWSLETTER

Schweizerische Vereinigung für Biochemie nach Dr. Schüssler

Schüsslersalze bei Umweltbelastungen

Jedes lebende Wesen ist zu jedem Zeitpunkt seines Daseins zahllosen Einflüssen ausgesetzt. Dadurch hat jeder Organismus unzählige intelligente Strategien bereitgestellt, um auf physikalische, chemische, innere, äussere, stoffgebundene und stoffungebundene Reize zu reagieren. Jeder Organismus – Pflanze, Tier, Mensch – besitzt umfangreiche Anpassungs- und Abwehrfunktionen. Nach der Ansicht der traditionellen Medizin (indisch, chinesisch, europäisch) ist Gesundheit und Wohlbefinden der Zustand, in dem ein Mensch in der Lage ist, sich allen Reizen anzupassen, ohne dass merkliche Störungen entstehen.

Jo Marty

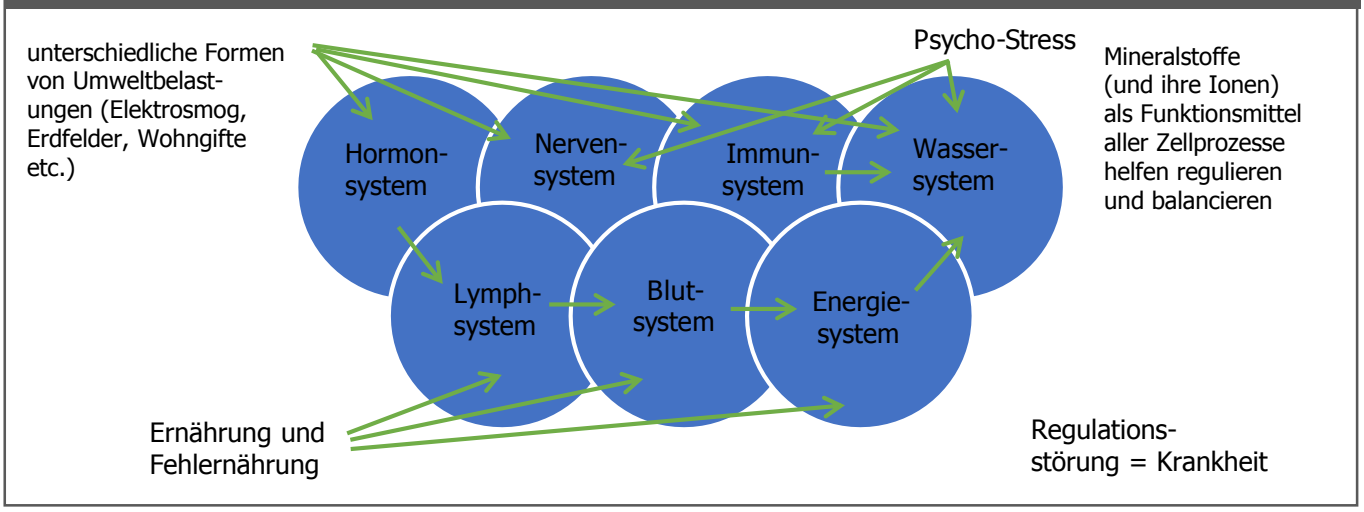
Die traditionellen Anwendungen und Methoden der Medizin zielen allesamt darauf ab, mit mehr oder weniger Erfolg die Abwehr- oder Anpassungsleistungen so zu steigern, stärken und zu stabilisieren, dass Beschwerden wieder verschwinden.

Die körpereigenen Mineralstoffverbindungen, die durch die Forscher: Bunge, Schwann, Moleschott und andere in der Mitte des 19. Jahrhunderts entdeckt und in ihrer Funktion geklärt wurden, reihen sich genau in die traditionelle Medizin ein:

«Nicht Symptome unterdrücken, sondern die körpereigene Regulationsfähigkeit erhöhen.» Dr. Wilhelm Heinrich Schüssler, der aus den damaligen Erkenntnissen der Zellforschung eine Therapieform gestaltete, prägte ebenfalls bereits vor ca. 130 Jahren den (sinngemässen) Satz: «Die potenzierten Mineralstoffe können nur Beschwerden heilen, wenn sie durch die Mineralstoffe noch zu lindern sind.» Das bedeutet bis heute: Die sogenannten Schüsslersalze sind keine Alternative zur Schulmedizin, keine Alternative dort, wo wirksame Medikamente benötigt werden. Sie sind jedoch hervorragende Helfer, um die Körperabläufe zu korrigieren und die Regulationsmechanismen zu unterstützen. Die Zeugnisse, wo die Schüsslersalze bei Alltagsbeschwerden und als Unterstützung zu anderen Therapien echte Hilfe bieten, sind unübersichtlich zahlreich geworden.

Ebenso bei den sogenannten Umweltbelastungen können die Salze der Schüssler'schen Biochemie die Auswirkungen solcher Belastungen auf den menschlichen Organismus lindern und beeinflussen – natürlich nicht die Belastung an sich.

DIE INEINANDERGREIFENDEN SYSTEME DES KÖRPERS



Wenn man also den Einsatz von Schüsslersalzen richtig versteht, helfen sie, Regulationsstörungen, die durch verschiedene Umweltbelastungen den Menschen – individuell extrem unterschiedlich – belasten, wieder auszugleichen. Gerade durch die Entdeckung Schüsslers und seiner Mitstreiter, dass die anorganischen Salze in allen Zellen und Geweben ihre balancierende Funktion wahrnehmen, sind sie dort angezeigt, wo die Beschwerden nicht organotrop zu suchen sind, sondern in den Interaktionen zwischen den Organen und Organsystemen.

Elektrobelastungen

Zunächst ein Zitat von Dr. Doepp, Nuklearmediziner: «Leider sind die Symptome von elektrosensiblen und belasteten Menschen so unspezifisch, dass sie keinen klaren Rückschluss auf die Verursachung zulassen. Wer mit Elektrosmog bedingten Beschwerden zum Arzt geht, wird nur in einem extrem geringen Prozentsatz die Verdachtsdiagnose E-Smog-Belastungen erhalten».

Immerhin weiss die heutige Forschung schon einiges darüber, was die Elektrosensibilität erhöhen kann. Hier eine kleine Auswahl:

- Zuckerreiche Ernährung
- Unausgewogene Ernährung allgemein
- Zu wenig erholsamer Schlaf
- Zu viel / zu wenig Bewegung
- Zu wenig Tageslicht!
- Hektisches Umfeld
- Trockene Raumluft
- Schimmelpilz in Wohnräumen
- Stetes Tragen stark «energetisierender» Produkte (gerade auch solche, von denen Hersteller behaupten, sie «neutralisieren» die Strahlenlast)
- Homöopathische Mittel in sehr hohen Potenzen
- Zu wenig Flüssigkeitsaufnahme
- Vitamin D-Mangel
- etc.

Die längste Liste an Symptomen

Die von der EU finanzierte, über vier Jahre dauernde Studie unter Prof. Dr. Franz Adlhofer, an der neun Länder teilnahmen (Reflex-Studie) sowie eine Reihe weiterer, internationaler Untersuchungen zeigen auf, welche Symptome durch Elektrobelastungen möglich sind. Die dabei bestätigten sogenannten Bioeffekte (Auswirkungen auf lebende Organsimen) von Elektrosmog ergeben eine lange Liste von möglichen Symptomen:

Von Herzrhythmusstörungen, Stimmungsänderungen, Schlafstörungen verringerte Widerstandskraft über Asthma, Augenstörungen, Kopfschmerzen, Antriebsarmut, Hitzegefühle, Benommenheit, Gelenkschmerzen und und und …

Wie können hier Schüsslersalze helfen?

Klar ist: Die Schüsslersalze können den Elektrosmog nicht verringern, irgendwie neutralisieren oder abwehren. Hingegen kann man den Auswirkungen von Elektrosmog im Organismus etwas näher auf den Grund gehen.

Elektrosmog löst im Körper die Bildung von Stickstoffmonoxid aus. Bis zu einem gewissen Level ist Stickstoffmonoxid (NOMO) für die Zellarbeit wichtig. Zuviel jedoch schädigt die Zelle. Vor allem ist die sogenannte Glutathion-Redox-Balance betroffen. Die Auswirkungen sind «nitrosativer Stress» mit seinen Folgen wie Kopfschmerzen, Müdigkeit, mangelnde Erholung durch Schlaf, psychische Probleme etc.

Im Normalfall sorgt Stickstoff für die Öffnung der Blutgefässe, die Viskosität der Säfte, die Erhöhung der Insulinsensibilität, den Schutz der Gefässe und die Funktion der Neurotransmitter. Wird aber der Level an Stickstoff verschoben - eben z. B. durch Elektrosmog - entstehen Krankheiten. Die Biologie beschreibt heute über 200 Krankheiten, die durch den erhöhten Stickstoff-Level verursacht sein können.

Einige Beispiele:

- Herzkrankheiten
- Diabetes II
- Chronische Arthrose
- Übergewicht
- Morbus Alzheimer
- Morbus Parkinson
- Tumore etc.

Die Wirkung von Stickstoffmonoxid, verursacht durch magnetische Elektrofelder, wurde von Ulrich Warnke bereits vor Jahrzehnten sehr eindrücklich beschrieben.

Viele weitere Forscher folgten und zeigten auf, wie ein zu hoher Level an Stickstoffmonoxid umfangreiche negative Folgen auf den menschlichen Organismus hat. (auch auf Tiere, z.B. Bienen→ siehe dazu U. Warnke).

Moderne Lichtquellen als Gesundheits- und Umweltbelastung.

Die heute häufig verwendeten Quecksilberdampflampen, besser bekannt als Stromsparlampen, haben für die Menschen weitreichende gesundheitsschädigende Folgen. Durch den schmalen Ausschnitt des Farbspektrums dieser Lichtquellen geben sie eine extrem schlechte Kontrastwirkung ab. Sie erschweren das Sehen und aktivieren durch den hohen Blauanteil das Melanopsin-Pigment im Auge. Dadurch wird das Zusammenspiel der Hypophysenhormone gestört, welche die Melatonin-Ausschüttung steuern. Folge: Stress-Reaktionen, Schlafstörungen, Benommenheit etc.

Darüber hinaus enthalten Sparlampen neben Quecksilber auch Blei, Arsen, Cadmium und Beryllium. Lichtbiologen gehen davon aus, dass diese Gifte, die in der Lampe in Schwingung versetzt werden, mit den Giften im menschlichen Organismus «korrespondieren» bzw. in Resonanz gehen könnten. Die alte Glühlampe dagegen hat keine Giftstoffe, eine gesunde Farbspektrumabgabe, ein kontinuierliches Spektrum und damit einen günstigeren Gehirn- und Hormoneinfluss.

PSYCHISCHE BELASTUNGEN

Was kann man mit Schüsslersalzen unternehmen, um den Körper bei einem hohen Stickstoffmonoxid-Level zu unterstützen?

Nr. 7 Magnesium phosphoricum

- hilft, NOMO abzubauen
- Co-Faktor für die relevanten Enzyme
- bindet Stickstoff und weitere Gase
- sorgt für eine geregelte Gluthation-Redox-Balance

WEITERE SALZE:

Nr. 3 Ferrum phosphoricum

baut Enzyme auf, die der NOMO-Belastung entgegenwirken

- 7α Hydrolase
- Cytochrom-c-peroxidase
- Laktoperoxidase
- Katalase
- etc.

bei einer Fehlverteilung von Eisen-molekülen sind die Folgen:

- Störungen der/des
- Mitochondrientätigkeit
- Zuckerverwertung
  Cholesterin-Aufbaus
  Fettstoffwechsels
- Harnsäurebildung

HILFREICH:

Nr. 7 Magnesium phosphoricum 7-10 Tabl.

Nr. 4 Kalium chloratum 5-7 Tabl.

Nr. 8 Natrium chloratum 5-7 Tabl.

Nr. 22 Calcium carbonicum 5 Tabl.

Nr. 21 Zincum chloratum 3-5 Tabl.

täglich

STROMSPARLAMPEN

Was tun, wenn man Stromsparlampen in Gebrauch hat? Hier gelten folgende Schüsslertipps:

Nr. 5 Kalium phosphoricum
Nr. 8 Natrium chloratum

stärken das Augengewebe

Beeinflussen und balancieren die Hormonlage. Stärken und regulieren Liquor und Gehirnnerven.

Auch hier können die Schüsslersalze «nur» den Organismus stärken, nicht die Störzone verändern. Professionelle seriöse Beratung ist allenfalls einzuholen.

Tipp: *Lassen Sie sich keine Geräte zur sogenannten „Entstörung" andrehen.*

WICHTIG:

Nr. 10 Natrium sulfuricum
Nr. 17 Manganum sulfuricum
Nr. 21 Zincum chloratum

- zur Leberunterstützung
- für die Aufnahme von Vitaminen
- zur Stress-Reduktion
- für den Kohlenhydrat-Stoffwechsel

Schüsslersalze und Geopathie

Das Vorhandensein von sogenannten Erdstörfeldern (Geopathien) wurde früher nicht diskutiert, denn lange galten sie als Volks- und Aberglaube, waren heftig umstritten und werden heute weitgehend respektiert als eine mögliche Ursache von psychovegetativen Störungen. Je nach Belastung, Disposition und Kontext des Organismus und Redoxsystem sind die Auswirkungen sehr unterschiedlich und somit individuell verschieden im somatischen, emotionalen, mentalen Bereich verteilt.

Vorsicht Schimmel

Schimmelpilzsporen sind relativ häufig. Sie enthalten ihre schädliche Auswirkung erst, wenn sie sich vermehren: an feuchten Wänden, auf Tapeten, an Fensterrahmen etc. Zudem bilden Feuchtigkeit und Wärme einen hervorragenden Nährboden für Schimmelpilze.

Betroffen von den Auswirkungen von Schimmelpilzsporen sind vor allem die Atemwege: triefende Nase, Asthma, Bronchialreizungen. Auch können die Augen und die Haut betroffen sein. Lustlosigkeit, Kopfschmerzen, dauernd erhöhte Körpertemperatur, schlechte Erholung können ebenfalls Auswirkungen von Schimmelpilz sein.

Bei Belastung durch Schimmelpilze sind eine Arztkonsultation sowie eine fachgerechte Beratung für die Sanierung im Wohnbereich unerlässlich. Eine Arztkonsultation ist deshalb auch wichtig, weil Schimmelpilze hepatotoxische Wirkungen haben können.

Sommer, Sonne & Schüsslersalze

Sonne, Urlaub, Reisen, Erholung, Energie in der Natur, fröhlich bunte Farben und saftige Wiesen…wie wunderbar wohltuend diese hellste Jahreszeit doch ist. Dabei können aber auch immer wieder einmal Urlaubsbeschwerden auftreten, z.B. Reisedurchfall, leichter Sonnenbrand etc.
Hier haben sich die umfangreichen Helfer - unsere Schüsslersalze - bewährt und sind immer beliebter: Einige Tipps für den Sommer.

Jo Marty

Montezuma und mehr

Viele kennen es: Urlaub, neue Landschaften, Meer oder Berge. Aufgrund ungewohnter Nahrungsmittel, langer Reisen, Anpassungsprozesse an Temperatur, Höhenlagen etc. kann es zu Durchfall oder Verstopfung kommen. Was kann man tun, um sich rasch wieder am lange ersehnten Urlaub zu erfreuen, statt ständig an die Toilette denken zu müssen?

REISEDURCHFALL

Nr. 3 Ferrum phosphoricum
In der ersten Stunde alle 10 Minuten 3-4 Tabl.; sobald die Beschwerden nachlassen, alle 30 Minuten 3-4 Tabl.

Nr. 8 Natrium chloratum
alle 15 Minuten 2-3 Tabl.

Nr. 10 Natrium sulfuricum
alle 5-10 Minuten 2 Tabl.

Wenn der Körper durch den Durchfall sehr müde wird:

Nr. 5 Kalium phosphoricum
alle 10 Minuten 2 Tabl.

Mit dieser Kombination lässt sich ein Durchfall rasch wieder beheben. Sollte das Symptom länger dauern, ist dringend eine ärztliche Konsultation erforderlich. Man kann auch einen Drink herstellen.

DRINK

Nr. 3 Ferrum phosphoricum	15 Tabl.	In ca. 5 dl Wasser und in kleinen Schlucken trinken.
Nr. 5 Kalium phosphoricum	10 Tabl.	
Nr. 8 Natrium chloratum	10 Tabl.	
Nr. 10 Natrium sulfuricum.	15 Tabl.	

VERSTOPFUNG

Neben Bewegung: Trinkmenge erhöhen! Folgende Schüsslersalze gelten als erfolgreich:

Nr. 8 Natrium chloratum
einnehmen (3-5 x täglich 2-3 Tabl.

dazu

Nr. 10 Natrium sulfuricum
bis zu 10-15 Tabl. 3x täglich (eventuell in Wasser aufgelöst

Ungewohnte Nahrungsmittel

Fremde, ungewohnte Nahrungsmittel beanspruchen die Verdauungsorgane und die Verdauungsenzyme. Dabei sind die Anpassungsfunktionen der Leber, des Darmes und des Magens besonders gefordert.
Hier ist die **Nr. 10 Natrium sulfuricum** besonders geeignet. Dieses Mittel fördert die Sekretion der Verdauungssäft und fördert die rasche Bereitstellung der zur Verdauung notwendigen Enzyme.

VÖLLEGEFÜHL

Nr. 4 Kalium chloratum	Nach Bedarf im Wechsel einnehmen
Nr. 6 Kalium sulfuricum	
Nr. 10 Natrium sulfuricum.	

SODBRENNEN

Nr. 9 Natrium phosphoricum	Alle 15 Min. 1-2 Tabl.
Nr. 8 Natrium chloratum.	

Eine Seefahrt, die ist lustig

Auf langen Autofahrten können sich trotz Einhalten von Pausen, genügender Flüssigkeitsaufnahme und Bewegungsübungen während der regelmässigen Fahrpausen, Mattigkeit, Kopfschmerzen und Erschöpfungssymtome zeigen.

Ausgezeichnet hilft hier die Nr. 9 Natrium phosphoricum. Dieses Salz hilft, übermässige Säure zu neutralisieren, welche durch den Aufenthalt in „Faraday'schen Käfigen" (Auto, Flugzeug, Zug) in der Zwischenzellflüssigkeit zirkuliert.

Nr. 9 Natrium phosphoricum hilft auch bei Übelkeit auf Seefahrten, langen Fährenüberfahrten ect.

Ein beliebter Reisedrink vor Beginn einer langen Autofahrt oder Flugreise ist folgende Mischung in 5 dl Wasser:

REISEDRINK

Nr. 3 Ferrum phosphoricum	10 Tabl.	In ca. 5 dl Wasser trinken.
Nr. 6 Kalium phosphoricum	10 Tabl.	
Nr. 9 Natrium phosphoricum	15 Tabl..	

Diese Mischung bringt Sauerstoff in die Körperzellen, bringt Säure zuverlässig weg und macht wach und vital für die Reise.

Müdigkeit und Erkältung – die gemeinen Schwestern in den Ferien

Temperaturanpassung und ein anderer Tagesrhythmus im Urlaub beanspruchen auch unsere Regulationssysteme. So steift auch der Verbrauch an „mineralischen Funktionsmitteln". Nach einem Postulat der Schüssler'schen Biochemie werden z.B., Natriummoleküle aus den Schleimhäuten herausgelöst, da sie zur Steuerung und Aufrechterhaltung der Körpertemperatur notwendig sind. Die Folge: Sommerschnupfen und Erkältungssymtome.

Oft hilft schon die Gabe von Nr. 8 Natrium chloratum, um sich von den Unannehmlichkeiten zu befreien.

Wenn sich allerdings noch eine Erkältung dazugesellt hat, wird es nötig, an die Nr. 3 Ferrum phosphoricum zu denken und alle 15-30 Min. 1-2 Tabl, einzunehmen, bis die Symptomatik sich verringert. Später kann einen Einnahme von alle 2-3 Std. 3-4 Tabl. ausreichen, um sich von der Erkältung ganz zu befreien.

Ebenso kann man auch folgende Mischung einnehmen. Eine Sommergrippe lässt sich so rasch überwinden.

SOMMERERKÄLTUNG

Nr. 9 Ferrum phosphoricum **Nr. 4 Kalium chloratum** **Nr. 5 Kalium phosphoricum** **Nr. 8 Natrium chloratum**	Je 3 Tabl. pro Tag

Immer wieder hört man die Aussage: „ich kann doch nicht die ganze Schüssler-Apotheke mit in die Ferien nehmen" oder „geht's nicht auch einfacher?" Meine Empfehlung für eine minimal bestückte Reiseapotheke:

REISEAPOTHEKE

Nr. 3 Ferrum phosphoricum **Nr. 8 Natrium chloratum** **Nr. 10 Natrium sulfuricum**	Je 3 Tabl. pro Tag

Diese drei Döschen finden immer Platz im Reisegepäck. Damit ist man schon mit dem „Grundwerkzeug" der Biochemie nach Dr. Schüssler für die Reise ausgestattet. Sei es für die Anforderungen an die neue Situation, bei Verdauungsproblemen, Müdigkeit und Schnupfen, für den Sport, zur Linderung – falls man trotz aller Vorsicht – einen leichten Sonnenbrand eingefangen haben sollte oder falls das Dessert der Einheimischen doch nicht ganz bekömmlich war.

Die 12 Grundsalze in kurzer Übersicht bzgl. Sommer- und Urlaubsbeschwerden

Nr. 1 Calcium Fluoratum	Elaszität, Bindegewebe, Gefässe, Sehnen, Bänder
Nr. 2 Calcium phosphoricum	Aufbau, Eiweiss-Blut-Muskelmittel, hält Säure in Lösung, Relaxierung
Nr. 3 Ferrum phosphoricum	Erste Hilfe und Fiebermittel, Sauerstoffaufnahme
Nr. 4 Kalium chloratum	Drüsen, Entzündungen, Blutviskosität, Stoffwechsel
Nr. 5 Kalium phosphoricum	Erschöpfung, Entgiftung, hohes Fieber, allg. Stärkung
Nr. 6 Kalium sulfuricum	Sauerstoff, Leber –Pankaras-Hausmittel
Nr. 7 Magnesium phosphoricum	Nerven, Lymphe, Unruhe, Krämpfe, ect.
Nr. 8 Natrium chloratum	Blut, Aufbau, Schleimhäute, Magen, Darm
Nr. 9 Natrium phosphoricum	Säure, Heisshunger, Sodbrennen
Nr. 10 Natrium sulfuricum	Entgiftung, Darm, Verdauung, Blähungen, Druchfall
Nr. 11 Silicea	Bindegewebe Lichtempfindlichkeit, Haut, Nerven, Entgiftung
Nr.12 Calcium sulfuricum	Chron, Katharre, chron. Entzündungen

Auch auf Ernährung und Nährstoffe achten.
Nie auf ärztliche Versorgung und diagnostische Abklärung verzichten.

Akut: alle 5-10 Minuten 1-2 Tabl. / Chronisch: täglich 3x 1-2 Tabl.