NEWSLETTER

Schweizerische Vereinigung für Biochemie nach Dr. Schüssler

Pflanzenheilkunde und Biochemie nach Dr. Schüssler:

Ein ideales Tandem für Wohlbefinden und Gesundheit

Heilkräuter und Schüsslersalze können sich ideal ergänzen. Die Wirkstoffe aus den Pflanzen und die Mineralstoffe sind oft wirkungsvolle Kombinationen. Dazu einige Beispiele von Salben und Mineralsalzen.

von Jo Marty

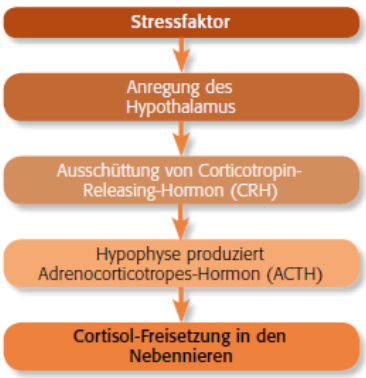
An einigen Beispielen sollen erfolgreiche Kombinationen zwischen Pflanzen und Salzen erläutert werden.

Taiga-Wurzel und Nr. 7 Magnesium phosphoricum

Schutzschild gegen Stress und stressbedingte Beschwerden

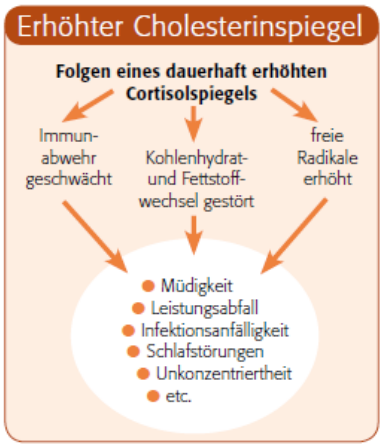
Müdigkeit, nachlassende körperliche Leistungsfähigkeit, Konzentrationsstörungen… Einige wohlbekannte Beschwerdebilder haben eine gemeinsame Ursache: reduzierte Fähigkeit des Körpers, mit vielfältigen Stressfaktoren des täglichen Lebens fertig zu werden. Solche Stressfaktoren, zu denen Hektik, Ärger, Lärm, Schlafmangel, aber auch Elektrosmog, Umweltgifte (z. B. Stromsparlampen) und Witterungsverhältnisse zählen, führen zu einer verstärkten Beanspruchung und letztlich zu einer Störung von Regelkreisen im Organismus, an denen sowohl neuroendokrine Organ als auch das Immunsystem beteiligt sind.
Ein wichtiger Schlüssel zur Prävention ist Nr. 7 Magnesium phosphoricum und zur Behandlung der genannten Symptome die Taiga-Wurzel.
Bei Stress und stresshaften Belastungen – ob psychisch oder physisch – laufen im Stoffwechsel ganz bestimmte neurohormonelle Prozesse ab.

Die beiden zentral daran beteiligten Organe sind das Gehirn mit Hypothalamus und Hypophyse sowie die Nebennieren:

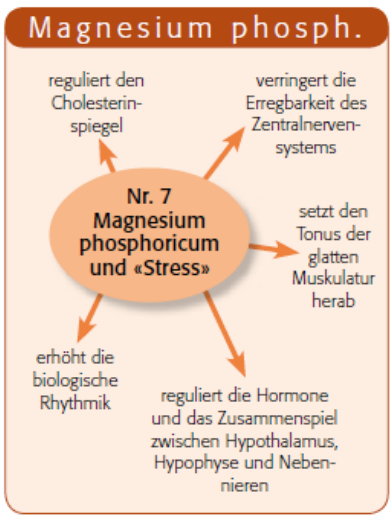


Durch die Ausschüttung der Nebennieren-Hormone wird der Organismus in einen Zustand der Alarmbereitschaft versetzt. Folge davon sind: Bluthochdruck, Muskeldurchblutung etc. Wird dieser Schutzmechanismus des Körpers gegen Stress nicht bald wieder beendet, so verkehrt sich der Nutzen der Stressreaktion ins Gegenteil.
Die chronische Aktivierung der Hypothalamus-Hypophysen-Nebennieren Achse hat eine ständige Erhöhung der Cortisol-Sekretion zur Folge.

Dadurch können zahlreiche Abläufe des menschlichen Stoffwechsels dauerhaft aus dem Gleichgewicht geraten:



Nr. 7 Magnesium phosphoricum kann ein starkes Mittel sein, um den Organismus vor Stressfolgen zu schützen.



Bildquelle: wikkibooks / ©iStock/lunanaranja

NEWSLETTER

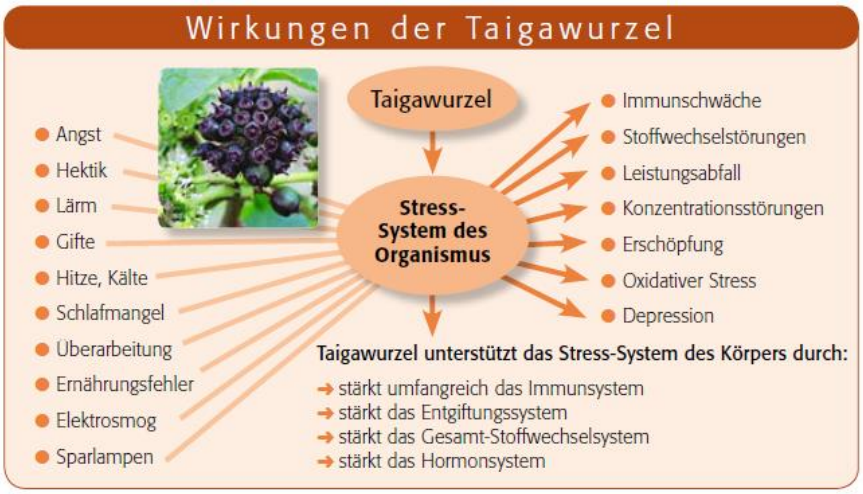
Schweizerische Vereinigung für Biochemie nach Dr. Schüssler

In der Kombination mit einer Tinktur aus der Taigawurzel wirkt Nr. 7 Magnesium phosphoricum auch noch zusätzlich katalytisch auf die umfangreichen Wirkungen dieser Heilpflanze. Mehrere hundert Studien und wissenschaftliche Arbeiten befassen sich seit Jahren mit dem Einfluss der Taigawurzel auf die komplexen Prozesse des Stress- Geschehens und den daraus resultierenden präventiven und therapeutischen Möglichkeiten. Dabei konnte ein breites Spektrum mit antiviralen, immunmodulierenden, apatogenen, antioxidativen und metabolischen Wirkungen aufgezeigt werden.

Schmerz: Ein weiteres Beispiel, wie Pflanzen und Schüsslersalze optimal zusammenwirken können, ist eine geeignete Kombination bei Schmerzen. Beispielsweise bei schmerzhaften Arthrosen und anderen rheumatischen Beschwerden mit Nr. 9 Natrium phosphoricum und Nr. 11 Silicea in Kombination mit der so genannten Teufelskralle. Auch hier zeigen zahlreiche Studien die entzündungshemmende, antirheumatische und schmerzlindernde Wirkung bei der Verwendung von Tinkturen der Teufelskralle. Die Säurekristalle auflösenden Mineralsalze Nr. 9 Natrium phosphoricum und Nr. 11 Silicea unterstützen und beschleunigen den Wirkprozess der Teufelskralle.

Das SOS-Duo aus Pflanzen und Schüsslersalzen:
Nr. 3 Ferrum phosphoricum und Arnika

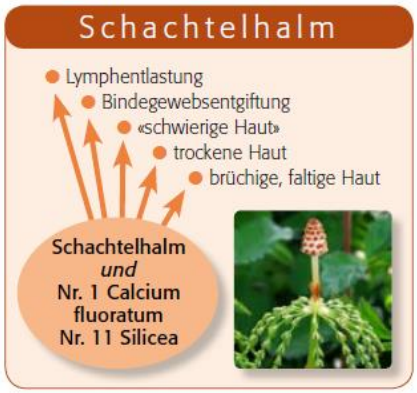
Bitterstoffe, Zimtsäure, Cumarine, ätherische Öle und weitere Substanzen sind die natürliche Erfolgsrezeptur gegen Schmerzen, Entzündungen, Wunden und Verletzungen. Diese raffinierte Mixtur an Ingredienzien findet sich in den verschiedenen Bestandteilen des Bergwohlverleihs – der Arnika. Arnika galt früher in Europa als Allheilmittel von Nerven, Muskeln, Haut, Verletzungen und vor allem Schmerzen. Auch nach der Beschäftigung der Phytoforschung mit der Arnikapflanze ergibt sich ein ganzer Katalog an bestätigten Indikationen.



Hautausschläge, Bläschen, schlechte Wundheilung und Juckreiz: Die Kombination von Ackerstiefmütterchen mit seinen Wirkstoffen an Saponinen, Schleimstoffen, Gerb- und Bitterstoffen und der Nr. 6 Kalium sulfuricum ist eine wunderbare Möglichkeit, um Hautausschläge, Bläschen, schlechte Wundheilung und Juckreiz (vor allem abends) rasch und zuverlässig zu lindern.

Lymphanregung: Hingegen ist zur Lymphanregung, Lymphentlastung und Bindegewebsentgiftung an das pflanzliche Kardinalsmittel Schachtelhalm zu denken. Schachtelhalm wirkt durch seinen hohen Anteil an Kieselsäure elastizitätsverbessernd auf die Haut.

Die Schüsslersalze Nr. 1 Calcium fluoratum und Nr. 11 Silicea sind eine bestens geeignete Kombination bei belasteter und trockener Haut.



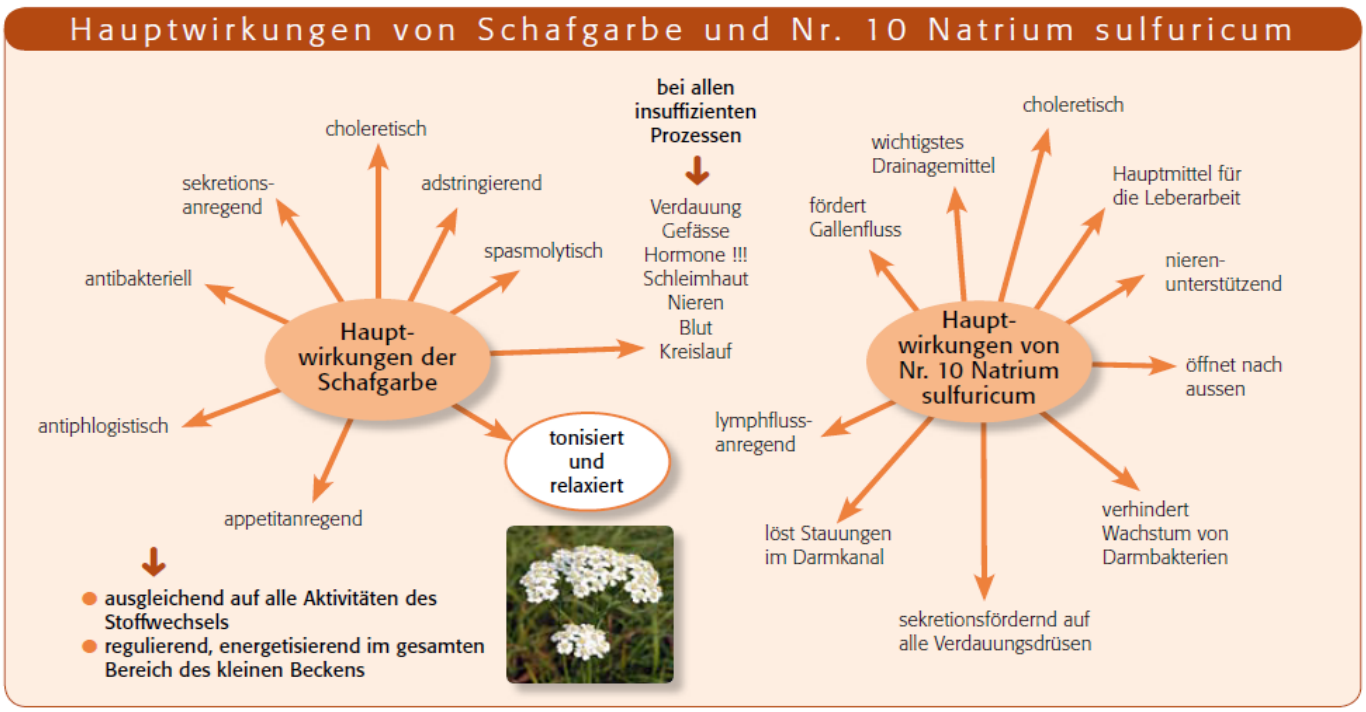
NEWSLETTER

Schweizerische Vereinigung für Biochemie nach Dr. Schüssler

Die Schafgarbe – multikompetent und Weltmeisterin im Ausgleichschaffen Nahrung, die wir uns einverleiben, muss wieder aus dem Leib. Die Frage stellt sich, weshalb die Natur diese Prozedur geschaffen hat, denn alle Lebensmittel werden durch die Verdauungssäfte verändert, zerstört und das so Zersetzte wieder ausgeschieden. Magen, Darm, Leber, Bauchspeicheldrüse, Milz, Niere, sogar Haut und Lunge arbeiten intensiv an diesem Stoffwechselprozess.
Es gibt eine Heilpflanze, die alle diese Prozesse des Metabolismus, aber auch viele Hormone und Regelkreise im Körper ausgleicht und dadurch stärkt. Dieses fast schon universale Multitalent ist die Schafgarbe. Ihr botanischer Name *Achillea millefolium* erhielt sie von Achilles, dem Helden des Trojanischen Krieges. Er wurde durch den pflanzen- und heilkundigen Zentauren Chiron im Gebrauch der Schafgarbe unerwiesen und heilte damit nicht nur seine eigenen Wund-en – auch die berühmte Ferse –, sondern gab seine Kenntnisse der Nachwelt weiter. Garbe bedeutet: «die Heilende».
Kelten, Römer, die Hirten im Mittelalter schätzten die Pflanze für die Tiere, gegen Bandwürmer und insbesondere bei Frauenleiden und stets als sehr kraftspendendes Kraut.
Heutige Forschungen bestätigen die alten Anwendungen. Die Schafgarbe mit ihren reichlichen, hübschen, kleinen, weissen und manchmal rosafarbenen Blüten wirkt gutmütig, bescheiden und freundlich. Ihr freundlicher Charakter wird durch die weisse Blütenfarbe betont, die zeigt, dass die Schafgarbe möglichst weise und objektiv sein will. Diese Farben machen es auch aus, dass man beim Suchen nach der Schafgarbe nicht lange warten muss. Die Anwendungen im therapeutischen Bereich dieser besonderen Pflanze sind so umfangreich wie kaum bei anderen Pflanzen. Ihre Wirkstoffe Achillin, Sesquiterpenalkohol und Azulene machen die Schafgarbe zum «breitesten» Mittel der Pflanzenheilkunde.

> *«Diese Distel, lass sie gelten,*
> *ich vermag sie nicht zu schelten, –*
> *die, was uns am besten schmeckt,*
> *in dem Busen tief versteckt.»*
> *Johann Wolfgang von Goethe*

Aus den Schüsslersalzen gibt es einen analogen Mineralstoff: Nr. 10 Natrium sulfuricum. (siehe Grafik unten)



NEWSLETTER

Schweizerische Vereinigung für Biochemie nach Dr. Schüssler

Etwas weniger bekannte, aber sehr effiziente Wirkungen der Schafgarbe.

Schafgarbe:

- Menstruations- und Wechseljahrsbeschwerden
- stärkt das Herz und beruhigt die Nerven
- bei Krampfadern und Hämorrhoiden (auch in der Schwangerschaft)

Psyche: (traditionell)

- öffnet das Herz, vor allem für die weibliche Seite des Lebens
- wirkt ausgleichend, versöhnend und macht offen für die allumfassende Liebe
- schafft Gleichgewicht
- macht Mut zur eigenen Kreativität und Individualität

In der Anthroposophie ehrt man die Schafgarbe als «LICHT-SINNESORGAN für alles, was lebt» und sie wird als Heilmittel für die Eierstöcke und Gebärmutter eingesetzt, wo sich in rhythmischem Wechsel Vergehen und Neuwerden begegnen.

Schafgarbe und Atomunfall Experten entwickelten eine Mischung aus Schafgarbe, Arnika und Echinacea als Schutzessenz bei nuklearer Strahlenbelastung nach dem Reaktorunfall in Tschernobyl 1986. Die Forscher entdeckten später, dass diese «Yarrow Special Formula» auch ein guter Schutz bei Röntgen- und Mobilfunkstrahlen, Radar- und Mikrowellenbelastung darstellt. Die Schafgarbe spielt dabei die Hauptrolle. Sie gilt auch bei den Experten in aller Welt seit vielen Jahren als die (!) herausragende Schutzpflanze.

Vielleicht könnte man die Aussagen der mit Schafgarbe experimentierenden Forscher so zusammenfassen:

Sie stärkt die Energie im ganzen Organismus, baut einen positiven Schutzschild gegen äussere Einflüsse auf und reguliert die Gesamtheit der Stoffwechselfunktionen.

TINKTUREN

Eine sehr einfache Möglichkeit, die beste Qualität an Schafgarbetinktur zu erhalten: «MFT-Tabletten Schafgarbe» von PHYTOMED: Tinktur aus biologisch gepflanzter Schafgarbe auf eine Tablette gebracht.

Vorteile:

- kein Alkohol
- einfache Einnahme
- sehr gut portionierbar
- geschmackvoll
- rasche Aufnahme der Wirkstoffe

- **Pflanzen-Tinkturen:**
  In der Schweiz gibt es einige Hersteller von Pflanzen-Tinkturen.
  Alle sind von geprüfter Qualität und werden sorgfältig hergestellt.
- **Eine Besonderheit:**
  Die Schweizer Firma Phytomed AG stellt Tabletten aus Frischpflanzen-Tinkturen aus biologischem Anbau von Hand – ohne jegliche Maschineneinwirkung – her, die bereits eine Kombination von Schüsslersalzen enthalten. Unter «MFT-Tabletten mit Mineralsalzen» erhalten Sie die Kombinationsmittel in Drogerien oder Apotheken.

Schweizerische Vereinigung für Biochemie nach Dr. Schüssler:

SVfBS
Claudia Gut
Obere Fischbachstrasse 14
8932 Mettmenstetten
Mobile 079 448 85 12
Mail: info@svfbs.ch**www.svfbs.ch**

Hauptzweck: Information über die Biochemie nach Dr. Schüssler, Verankerung der Thematik im Gesundheitswesen der Schweiz. Unabhängige Vereinigung, die einzig der Verbreitung der entsprechenden Methode dient.