



Angelika Gräfin Wolffskeel  
von Reichenberg

# Schüßler-Salze

## Gesichts- und Handdiagnostik

So finden Sie das  
richtige Mittel

**man  
kau:**

## Impressum

---

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

---

Angelika Gräfin Wolffskeel von Reichenberg

**Schüßler-Salze – Gesichts- und Handdiagnostik**

So finden Sie das richtige Mittel

E-Book (pdf): ISBN 978-3-86374-456-4

(Druckausgabe: ISBN 978-3-86374-455-7, 1. Auflage 2018)

Mankau Verlag GmbH

D-82418 Murnau a. Staffelsee

Im Netz: [www.mankau-verlag.de](http://www.mankau-verlag.de)

Internetforum: [www.mankau-verlag.de/forum](http://www.mankau-verlag.de/forum)

Lektorat: Redaktionsbüro Julia Feldbaum, Augsburg

Endkorrektur: Susanne Langer M. A., Germering

Layout, Gestaltung und DTP: Lydia Kühn, Aix-en-Provence, Frankreich

Bildredaktion: Lydia Kühn

Energ. Beratung: Gerhard Albustin, Raum & Form, Winhöring

Bildnachweis

© **Can Stock Photo** 2: dolgachov; 5, 12–13: Jochen; 9, 208–209: PixelRobot; 14: sibrikov; 17: ABB-Photo; 18: Bialasiewicz; 42: totalpics; 45: tester; 52: Voyagerix; 71: rob3000; 76: woodstock; 99: vonuk; 133: bluring; 154: Goodluz; 165: megija; 171: marochkina; 210: Geleol; 211: rusak; 212: Leaf;

© **Colourbox** 6, 50–51: Pressmaster; 49: Syda Productions;

© **Irmgard Wenzel** 6 u., 7 o., 55, 57, 58, 62, 63, 65, 67, 68, 70, 72, 74, 77, 79, 83, 84, 87, 90, 92, 96, 97, 100, 108, 115, 118, 122, 125, 128, 129, 132, 134, 138, 142, 144, 146, 150, 151

© **Norbert Schmelz (Portraitfotografie), Würzburg** 8, 152, 160, 161, 163, 164, 166, 168, 169, 170, 172–177, 180–184, 186, 187, 192, 194, 195, 196, 200–205, 215

© **Caroline Förster, Würzburg** 11

© **fotolia** 20: PhotoSG; 26: Lara Nachtigall; 53, 86, 114, 149, 202: bilderzweig; 59: Iom123; 66: Peter Hermes Furian; 137, 162, 185: Henrie; 179: Alila Medical Media; 191: Gerhard Seybert

© **Deutsche Homöopathie-Union, Karlsruhe** 47, 75

© **Dr. med. Eberhard J. Wormer/Archiv** 59

© **Grafikstudio Heike Brückner, Lappersdorf** 123, 214, 216

© **Marc Grewohl** 159

© **Mankau Verlag GmbH** 213

Hinweis für die Leser/innen:

Die Autorin hat bei der Erstellung dieses Buches Informationen und Ratschläge mit Sorgfalt recherchiert und geprüft, dennoch erfolgen alle Angaben ohne Gewähr. Verlag und Autorin können keinerlei Haftung für etwaige Schäden oder Nachteile übernehmen, die sich aus der praktischen Umsetzung der in diesem Buch vorgestellten Anwendungen ergeben. Bitte suchen Sie bei Erkrankungen einen erfahrenen Arzt oder Heilpraktiker auf.

# Inhalt

Einleitung ..... 10



## Was sind eigentlich Schüßler-Salze?

Der Beginn einer neuen Zeit ... ..... 14

Die Biochemie nach Dr. Wilhelm Heinrich Schüßler ..... 14  
Empfehlungen zur Einnahme ..... 18

Die 12 Schüßler-Salze und ihre Bedeutung für den Körper 20

■ Nr. 1 Calcium fluoratum ( $\text{CaF}_2$ ) ..... 20  
■ Nr. 2 Calcium phosphoricum ( $\text{CaHPO}_4 \cdot 2\text{H}_2\text{O}$ ) ..... 22  
■ Nr. 3 Ferrum phosphoricum ( $\text{FePO}_4 \cdot 4\text{H}_2\text{O}$ ) ..... 24  
■ Nr. 4 Kalium chloratum (KCl) ..... 26  
■ Nr. 5 Kalium phosphoricum ( $\text{KH}_2\text{PO}_4$ ) ..... 28  
■ Nr. 6 Kalium sulfuricum ( $\text{K}_2\text{SO}_4$ ) ..... 30  
■ Nr. 7 Magnesium phosphoricum ( $\text{MgHPO}_4 \cdot 3\text{H}_2\text{O}$ ) ..... 32  
■ Nr. 8 Natrium chloratum (NaCl) ..... 34  
■ Nr. 9 Natrium phosphoricum ( $\text{Na}_2\text{HPO}_4 \cdot 12\text{H}_2\text{O}$ ) ..... 36  
■ Nr. 10 Natrium sulfuricum ( $\text{Na}_2\text{SO}_4$ ) ..... 38  
■ Nr. 11 Silicea ( $\text{SiO}_2 \cdot \text{H}_2\text{O}$ ) ..... 40  
■ Nr. 12 Calcium sulfuricum ( $\text{CaSO}_4 \cdot 2\text{H}_2\text{O}$ ) ..... 42

Die biochemischen Ergänzungsmittel ..... 44

Die 12 biochemischen Salben ..... 46



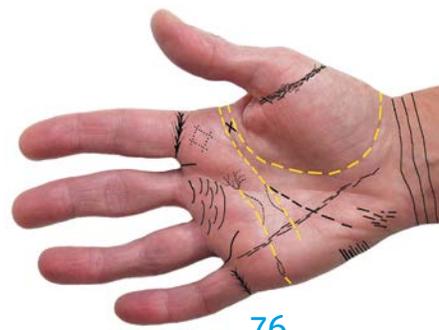
# Handdiagnostik und die Behandlung der erkannten Beschwerden

**Diagnostik anhand der Fingernägel .....52**

Das Nagelbild und seine Deutung .....52

- 1: Weißfärbung bis Milchglasnägel ..... 55
- 2: Leukonychie – wolkenartige Pigmentierung ..... 55
- 3: »Half-and-half-nails« ..... 57
- 4: Schneeweißer Nagelübertritt ..... 58
- 5: Weißer Längsstreifen (Verhornungsstörung) ..... 62
- 6: Dunkler Saum um Nagelmond ..... 63
- 7: Körner-, Fingerhutnägel (körnige, punktartige Substanzdefekte) ..... 65
- 8: Weiße Querstreifen ..... 67
- 9: Erythem/Splitterblutung ..... 68
- 10: Gitterrillenbildung ..... 70
- 11: Längsrillenbildung bis Perlrillenbildung ..... 72
- 12: Querrillenbildung (Beau-Linien) ..... 73
- 13: Spaltnägel ..... 74





## Diagnostik über die Handinnenfläche .....76

Die sogenannte Chirologie ..... 76

- A: Säbelartige Biegung des Kleinfingers ..... 77
- B: Abknickung Nagelglied Kleinfinger zu Ringfinger ..... 79
- C: Tailliertes Mittelglied Ringfinger ..... 83
- D: Abknickung Ringfingernagelglied zum Mittelfinger ..... 84
- E: Verdickung zw. Grund- und Mittelglied Mittelfinger ..... 87
- F: Abknickung Mittelfingernagelglied zu Ringfinger ..... 90
- G: Abknickung Zeigefingernagelglied zu Mittelfinger ..... 92
- H: Tailliertes Mittelfingergrundgelenk ..... 96
- I: Taillierter Daumen ..... 97

---

- 1: Andreas-Kreuz zwischen Lebens- und Kopflinie .....100
- 2: Raute auf Zeigefingerberg .....108
- 3: Tannenreisigform am Zeigefingeransatz ..... 115
- 4: Senkrechter Strich auf Schwimmhaut zwischen Zeige- und Mittelfinger ..... 118
- 5: Mehrfach gestrichelter Venusring ..... 122
- 6: Deltaartiges Ende der Herzlinie ..... 125
- 7: Sich stark zueinander neigende Kopf- und Herzlinie ..... 128
- 8: Auf Herzlinie fallende Schlangellinie aus Schwimmhaut bzw. Klein- u. Ringfinger 129
- 9: Tannenreisig am Kleinfingeransatz ..... 132
- 10: Ellipse unter Kleinfinger (auch zwischen Klein- und Ringfinger) ..... 134
- 11: Zerstückelte, zerrissene Merkurlinie ..... 138
- 12: Mehrfachstrichelung auf Mondberg ..... 142
- 13: Im Mondberg abfallende Kopflinie .....144
- 14: Vielfache Aufwärtsstrichelung auf Uranus-/Mondberg ..... 146
- 15: Sich aufwärtswölbende Raszette ..... 150
- 16: Unruhig gezeichneter Daumenansatz ..... 151



## Antlitzdiagnostik und die Behandlung der erkannten Beschwerden

<b>Das Gesicht des Menschen</b> .....	<b>154</b>
Antlitzzeichen verstehen lernen .....	154
Organzonen im Gesicht .....	158
■ Organzone 1: Magen .....	160
■ Organzone 2: Dünndarm .....	163
■ Organzone 3: Dickdarm .....	166
■ Organzone 4: Gallenblase .....	168
■ Organzone 5: Galle ableitender Gang .....	169
■ Organzone 6: Leber .....	170
■ Organzone 7: Milz .....	171
■ Organzone 8: Bauchspeicheldrüse .....	174
■ Organzone 9: Lunge/Bronchien .....	176
■ Organzone 10: Lungenkreislauf .....	180
■ Organzone 11: Herz .....	181
■ Organzone 12: Sonnengeflecht .....	183
■ Organzone 13: Schilddrüse .....	184
■ Organzone 14: Stoffwechselareale .....	186
■ Organzone 15: Nieren .....	192
■ Organzone 16: Gebärmutter/Prostata .....	194
■ Organzone 17: Harnblase .....	196
■ Organzone 18: Nervenkraft .....	200
■ Organzone 19: Eierstock/Eileiter bzw. Hoden/Samenleiter .....	203



## Anhang

### Anwendungsempfehlungen ..... 210

■ Ansteigendes Fußbad .....	210
■ Basische Bäder (= Entschlackungsbäder) .....	211
■ Bindegewebsmassage .....	211
■ Schröpfkopfmassage .....	212
■ Leberwickel .....	212
■ Meridianausgleichsübungen .....	213
■ Meridianbürstenmassage .....	214
■ Nasenreflexzonenbehandlung .....	215
■ Schilddrüsenwickel .....	216
■ Organuhr .....	216

Danksagung ..... 217

Quellenangaben ..... 217

Register ..... 218

# Einleitung

Das Innere eines Menschen offenbart sich in seinem Äußeren.

*Johann Wolfgang von Goethe*

Über die normale Antlitzdiagnose nach Dr. Schüßler und Hickethier möchte ich mit diesem Buch hinausgehen und es um das vertiefende Wissen von Zeichen und Linien auf Händen und dem Gesicht erweitern. In meinem Grundlagenwerk »Die 12 Salze des Lebens«, ebenfalls im Mankau Verlag erschienen, finden Sie schon viele Hinweise zu diesen Themen. Doch es geht um viel, viel mehr.

Der Wunsch, vom sichtbaren Äußeren auf das unsichtbare Innere zu schließen, ist uralte. Seit Jahrtausenden versuchen Menschen, aus dem, was sie sehen, auf das, was sie nicht sehen, Rückschlüsse zu ziehen. So fällt beispielsweise jeder Mutter gleich auf, wenn ihr Kind blass und die Zunge belegt ist, es Schatten unter den Augen oder eine Fiebrerröte hat. In allen Kulturen haben die Erfahrungen und Beobachtungen von Müttern zu unglaublichem Wissen geführt, das dann innerhalb der Kulturkreise weitergegeben wurde.

Erste Zeugnisse im Hinblick auf die Hand- und Antlitzdiagnostik kommen aus China, wo die Kunst, Krankheiten aus

dem Gesicht zu erkennen, Siang Mien genannt wurde, was übersetzt »Gesichterlesen« bedeutet. Es war ein großes Geheimnis und wurde nur an auserwählte Schüler weitergegeben.

In der Naturheilkunde, vor allem bei den Heilpraktikern, gibt es nach wie vor Schulen, die dieses alte Wissen vermitteln. Allen Schulen gemeinsam ist, dass Falten, Schwellungen, Blässe, Röte oder Hautverfärbungen ganz konkrete Hinweise auf körperliche Beschwerden oder innere Erkrankungen, seelische Stimmungen, psychische Prozesse und die Persönlichkeit eines Menschen geben.

Die Antlitzdiagnose ist kein objektiv-wissenschaftliches Diagnoseverfahren, sondern eine subjektiv-empirische Methode. Ein Zusammenhang zwischen Antlitzzeichen und körperlichen Beschwerden ist immer nur eine These, eine Vermutung.

Sie beruht auf langjährigen Erfahrungen von Menschen wie H. D. Bach, H. Castrian, N. Ferronato, F.-G. Fleck, C. Huter oder Dr. Markgraf. Antlitzdiagnostik ist immer Hinweisdiagnostik. Wenn ein Hin-



weis gegeben ist, heißt das zunächst, es liegt eine Disposition vor, die durch eine günstige und angemessene Lebensweise beeinflusst werden kann.

Hier greifen dann die entsprechenden Schüßler-Salze und die Ernährung korrigierend und gesundheitsfördernd ein. Sind mehrere Hinweise vorhanden, können wir davon ausgehen, dass eine Krankheit besteht, auch wenn sie noch nicht als äußeres Symptom zu erkennen ist.

Das Sehen und Erkennen von Arealen können Sie am besten erlernen, wenn Sie sich Zeit dazu lassen. Prozesse entwickeln sich. Wählen Sie bei sich selbst ein ganz bestimmtes Zeichen aus, und beobachten Sie es während der folgenden Wochen. Das Gesichtsfeld bietet sich förmlich dazu an. In der liebevollen Hinwendung zu sich selbst werden Sie die subtilen Veränderungen spüren und die Bereitschaft

der Veränderung zu sich selbst, zu Ihrem Umfeld wahrnehmen.

Dieser wertvolle Ratgeber wird Ihnen sicherlich zur Seite stehen, sodass Sie Befindlichkeitsstörungen und Entwicklungen eingrenzen können und in der Eigenbehandlung einen Weg finden, der Sie auch therapeutisch zu den richtigen Behandlern und Ärzten führen wird.

Ich darf Ihnen dieses ganz besondere und einzigartige Werk an die Hand geben.

Folgen Sie Ihrem persönlichen Gesundheitsweg mit den »Gesundheitserregern« von Dr. Schüßler, den sogenannten biochemischen Funktionsmitteln, die den Körper dazu anregen, seine Kräfte zu mobilisieren und Mangel auszugleichen.

Gerchsheim im März 2018

*Angelika Gräfin Wolffskeel*  
Angelika Gräfin Wolffskeel



Homöopathisches  
Arzneimittel  
nach Dr. Schäfer





# Was sind eigentlich Schüßler-Salze?



## Der Beginn einer neuen Zeit ...

Im 18. und 19. Jahrhundert führten grundlegende Erkenntnisse in den Naturwissenschaften zu einem neuen Denken und damit zu veränderten, neuen Konzeptionen in der Medizin.

Die Zeit war geprägt von einer Abkehr der bis dahin herrschenden naturphilosophischen Betrachtungsweise des Menschen und der Krankheiten – hin zu einer natur-

wissenschaftlich begründeten Medizin. Es wurde erkannt, dass Veränderungen, die das sogenannte innere Milieu eines Organismus – das heißt die biochemischen Abläufe in den Zellen – stören, maßgeblich an der Entstehung von Krankheiten beteiligt sind. In dieser Zeit lebte auch Dr. Wilhelm Heinrich Schüßler, der Begründer der Biochemie.

## Die Biochemie nach Dr. Wilhelm Heinrich Schüßler

Das Lehrgebäude Dr. Schüßlers baut zunächst auf drei bereits damals bekannten Grundsätzen auf:

1. Die kleinste Lebenseinheit ist die Zelle.
2. Das Wesen der Krankheit ist die pathogen (krankhaft) veränderte Zelle (Virchow).

3. Gesund bleiben kann der Mensch nur, wenn er die nötigen Mineralstoffe in der erforderlichen Menge und im richtigen Verhältnis besitzt (Moleschott).

Aus diesem Wissen heraus entwickelte Schüßler dann seine eigenen Lehrsätze:

1. Lehrsatz: »Alle Krankheiten entstehen

durch einen Mangel an bestimmten lebensnotwendigen Mineralstoffen in der Zelle.«

2. Lehrsatz: »Durch Zuführung der fehlenden Mineralsalze tritt die Heilung ein.«

3. Lehrsatz: »Die Zuführung der Mineralstoffe darf nur in allergeringsten Mengen erfolgen.«

4. Lehrsatz: »Die Zuführung der fehlenden Stoffe muss in solch einer Verdünnung erfolgen, dass der Übertritt des funktionssteigernden Salzes unmittelbar durch die Schleimhäute in Mundhöhle,

Schlund und Speiseröhre direkt ins Blut erfolgen kann.«

## Die Bedeutung von Mineralstoffen im Stoffwechsel

Für den Stoffwechsel sind Mineralstoffe ein lebensnotwendiger Bestandteil. Mineralstoffe nach Schüßler sind keine Mineralien im üblichen Sinne, wie wir sie in Lebensmitteln finden. Im menschlichen Körper treten Mineralien zum einen als Feststoffe auf, zum anderen in den Körperflüssigkeiten in Form von Ionen. Diese

## Die Biografie von Dr. Wilhelm Heinrich Schüßler

Wilhelm Heinrich Schüßler wurde am 21. August 1821 in Bad Zwischenahn im Großherzogtum Oldenburg geboren. Aus finanziellen Gründen konnte er erst im Alter von 30 Jahren mit dem Medizinstudium beginnen. Obwohl die damalige Schulmedizin die Homöopathie stark bekämpfte, erfuhr diese in der Bevölkerung wegen ihrer Heilerfolge großen Zuspruch.

Als homöopathisch arbeitender Arzt eröffnete Schüßler 1858 in Oldenburg seine eigene Praxis und arbeitete dort als Arzt, Wundarzt und Geburtshelfer. Durch die beginnende naturwissenschaftliche Einsicht, dass Mineralstoffe für den Zellstoffwechsel und die Krankheitsentstehung eine sehr große Bedeutung besitzen, begann Schüßler, sich mit den in der Homöopathie gebräuchlichen Mineralstoffen vermehrt auseinanderzusetzen. Seine Forschungen führten ihn zu der Erkenntnis, dass 12 Mineralstoffe besonders wesentliche Funktionen ausüben. Diese setzte er dann in homöopathisch potenzierte Form ein. Trotz großer Skepsis seitens der Kollegen, auch der homöopathisch tätigen, verbreitete sich die Behandlung mit den »biochemischen Funktionsmitteln« rasend schnell. Am 30. März 1898 verstarb Dr. Schüßler.

werden für viele Vorgänge im Körper benötigt.

Da die Mineralstoffe im Organismus für lebenswichtige Funktionen notwendig sind und durch ihre spezifische Gabe gestörte Funktionen wieder in Gang bringen, spricht man bei diesen Arzneien in potenzierte Form auch von biochemischen »Funktionsmitteln« oder von den »Salzen des Lebens«. Diese Mineralsalze können, da sie »anorganisch« sind, nicht vom Körper hergestellt werden.

»Gesundheit ist das quantitative Gleichgewicht der einzelnen Mineralsalze, Krankheit entsteht erst durch das Ungleichgewicht dieser Mineralsalze.«

*Dr. Schüßler*

Von anderen Therapien mit Mineralstoffen unterscheidet sich die Schüßlersche Therapie in einem ganz wesentlichen Punkt: der Dosierung. Während man üblicherweise einen Mineralstoffmangel durch hohe Dosen auszugleichen versucht (Substitution), wählte Schüßler einen anderen Weg: Durch Gabe der Mineralsalze in potenzierte Form wird ein sanfter Reiz ausgeübt, der die Zellen dazu anregt, die lebensnotwendigen Mineralsalze vermehrt aus der Nahrung aufzunehmen und diese richtig zu verteilen. Das Lutschen

der Schüßler-Salze hilft dem Körper, die Mineralstoffe genau an den Ort des Geschehens gelangen zu lassen, an dem sie gerade gebraucht werden.

Die aus den Lebensmitteln aufgenommenen Mineralien dienen als Baustoffe und bilden die mineralische Grundlage für den Körperaufbau und die Stoffwechselprozesse der Zellen. Unter dem Stichwort »Mangel« ist normalerweise kein mengenmäßiger Mangel zu verstehen, sondern eine Verteilungsstörung. Schüßler nannte das die »Bewegungsstörung« der Mineralstoffe.

## Die Potenzierung

Schüßler erkannte, dass er die Mineralstoffe potenzieren musste, da diese sonst direkt über die Nieren ausgeschieden würden und weder Zellen noch Blut erreichen würden. Schüßler selbst setzte hauptsächlich die Potenz D 6 ein, mit Ausnahme von Calcium fluoratum, Ferrum phosphoricum und Silicea, die wegen der geringen Löslichkeit in D 12 verordnet wurden. Die Schüßler-Salze 1 bis 12 gibt es dank verbesserter Herstellungsverfahren in den Potenzierungen D 3, D 6 und D 12. Bei der Herstellung biochemischer Arzneien wird die Ursubstanz mit Milchzucker in einem vorgegebenen Zeitschema verrieben und pro Potenzierungsstufe im

Verhältnis 1:9 (D-Potenzen) bzw. 1:99 (C-Potenzen) verdünnt. Nach der 3. Verreibungsstufe wird mit Alkohol verschüttelt und weiter verdünnt.

Die potenzierten Mineralsalze zirkulieren so lange im Blut, bis diese in die Zelle gelangen. Die Potenzierung hat den Vorteil, dass nun das Mineral eine andere Eigenschaft aufweist und in der Lage ist, die Zellfunktion anders zu beeinflussen als das anorganische Mineral in seiner Grundsubstanz. Die von Schüßler gewählten Mineralsalze fördern die Stoffwechselfunktion der Gewebe, Zellen und Organe. Deshalb werden sie auch Funktionssalze bzw. Funktionsmittel genannt.

## Die Wirkung der Salze auf den Organismus

Wir können die Gesundheit nur erhalten und Krankheiten heilen, wenn der Organismus in der Lage ist, sich auf wechselnde Umweltbedingungen und Anforderungen einzustellen und angemessen darauf zu reagieren. Voraussetzung dafür ist jedoch eine intakte Biochemie der Zelle und der Zwischenzellsubstanz (auch »Zwischenzellmatrix« oder »Interstitium« genannt).

Mineralsalztabletten nach Schüßler entfalten ihre Wirkung als Funktionsmittel an der Zellmembran (Zellhülle) und inner-

halb der Zelle, aber auch in der Zwischenzellmatrix. Es ist erwiesen, dass Stoffe in niedriger homöopathischer Potenzierung die Funktion des Immunsystems unterstützen können. Mineralstofftabletten beeinflussen das Energiepotenzial der Zellmembran und verbessern die Reaktionsfähigkeit der Zelle.

## Wo wirkt Biochemie?

Die biochemischen Mineralsalze können eingesetzt werden als Entzündungssalze (akut wie chronisch), Nervensalze, Blutsalze, Knochensalze, Muskelsalze, Salze für die Bänder, Salze für die Schutzorgane, Salze für die Blutgefäße, fäulnisverhütende Salze oder auch Drüsenalze.



## Empfehlungen zur Einnahme

Zur Einnahme der Schüßler-Salze wird im Allgemeinen Folgendes empfohlen: Lassen Sie die Tabletten im Mund zergehen, da die heilwirksamen Salze dann bereits über die Mundschleimhaut aufgenommen werden können. Dies bewirkt eine bessere und schnellere Aufnahme in den Organismus. Eine mögliche Beeinflussung durch die Verdauungssäfte kann so ebenfalls vermieden werden. Am besten lutschen Sie die Funktionsmittel einzeln im Mund. Es können auch zwei Tabletten auf einmal gelutscht werden.

Alternativ können die biochemischen Funktionsmittel aufgelöst in etwas abgekochtem, heißem Wasser, auf Mundtemperatur abgekühlt, kauend getrunken werden – genannt »Heiße X« (X ist die

Nummer des Salzes). Dies empfiehlt sich vor allem bei größeren Einnahmemengen. Die biochemischen Funktionsmittel sollten ca. eine halbe Stunde vor oder nach den Mahlzeiten gelutscht werden.

Im Rahmen einer Behandlung können im Laufe eines Tages bis zu 3 bis 4 verschiedene Schüßler-Salze zur Anwendung gelangen. In der Regel werden 2- bis 3-mal täglich 1 bis 2 Tabletten verabreicht, im Akutfall auch häufiger und mehr. Langsam wirkende Salze wie Calcium fluoratum (Nr. 1) und Silicea (Nr. 11) können Monate bis Jahre eingenommen werden. Eine Überdosierung ist im üblichen Dosisbereich auch bei einer längeren Einnahme von verschiedenen biochemischen Funktionsmitteln nicht möglich.



## Diabetiker

Diabetiker sollten die Tabletten wegen des Gehalts an Milchzucker auf ihre Broteinheiten anrechnen.

48 Tabletten entsprechen dabei ungefähr 1 Broteinheit.

## Akute Erkrankungen

Bei akuten Beschwerden sollten Erwachsene alle 5 bis 10 Minuten 1 Tablette bis zum Eintritt einer Besserung lutschen. Zur weiteren Behandlung oder auch in chronischen Fällen sollten 3- bis 6-mal täglich 1 bis 2 Tabletten gelutscht werden. Kinder unter 12 Jahren erhalten bei akuten Beschwerden ein- bis zweistündlich 1 Tablette. Zur weiteren nachfolgenden Behandlung oder auch in chronischen Fällen 3- bis 4-mal täglich 1 Tablette.

## Chronische Erkrankungen

Bei chronischen Beschwerden sollten Erwachsene über den Tag verteilt 5 bis 10 Tabletten auflösen bzw. lutschen.

## Gleichzeitige Einnahme mehrerer Schüßler-Salze

Das am geringsten im Körper vorkommende Salz bestimmt den Grad der Gesundheit und sollte am dringendsten verabreicht werden. Im Körper kann jedoch durchaus ein Mangel an mehreren Mineralsalzen bestehen. Diese sind dann entsprechend einzunehmen. Eine Obergrenze von vier, maximal sechs verschiedenen Mineralsalzen sollte dabei nicht überschritten werden.

## Die können nicht miteinander!

Mineralsalze, die sich in der Aufnahme und im Funktionskreis beeinflussen, dürfen nicht gleichzeitig eingenommen werden. Nach Möglichkeit sollten, außer im Akutfall, etwa zwei Stunden Zeit dazwischenliegen. Die drei Schwefelsalze Nr. 6, Nr. 10 und Nr. 12 und ihre entsprechenden Salben sollten nicht am selben Tag eingenommen bzw. angewendet werden. Diese Mineralstoffe sollten Sie nicht gleichzeitig bzw. miteinander nehmen, da sie Antagonisten, also Gegenspieler sind:

Eisen ↔ Zink, Calcium, Magnesium; Kalium ↔ Calcium, Magnesium, Natrium;  
Calcium ↔ Zink, Magnesium.



## Die 12 Schüßler-Salze und ihre Bedeutung für den Körper

Wilhelm Heinrich Schüßler hat sich in erster Linie mit den 12 biochemischen Hauptmitteln befasst, den sogenannten Schüßler-Salzen.

### Nr. 1 Calcium fluoratum (CaF<sub>2</sub>)

*Das Salz für Bindegewebe, Gelenke und Haut*

Regelpotenz: D 12

Fluorcalcium ist als Mineral gewöhnlicher Flussspat, also eines der in der Natur am häufigsten vorkommenden Mineralien. Calcium fluoratum ist das wichtigste Mittel für die Stützgewebe, insbesondere für die Skleroproteine der Binde- und Stützgewebe. Skleroproteine sind Gerüsteiweiße, die als Elastin, Kollagen und Keratin in den genannten Geweben vorkommen. Elastin ist Hauptbestandteil der elastischen Fasern. Es ist in vielen Bändern und Sehnen zu finden. Eng verknüpft

mit dem Elastin sind die Kollagene. Kollagen ist Hauptbestandteil von Bindegewebe, Sehnen, Muskel, Haut, Bändern, Knorpel, Knochen und Zähnen. Keratin, auch als Hornstoff bezeichnet, ist schwefelreich, tritt in der obersten Hautschicht, den Hautanhangsgebilden, den Haaren und Nägeln auf.

**Mangel** an diesem Mineralsalz führt zu Gewebsverhärtungen und verstärkter Brüchigkeit. Mangelzeichen sind daher u. a.: Schwielen, Schründen, Hornhaut-

bildung, Risse an den Händen und Lippen, Schuppenbildung der Haut, vorzeitige Alterung der Haut, trockene Haare, Haarausfall, Überbeine, Haltungsschäden, Osteoporose, Bänderschwäche (Knöchel knicken um), verhärtete Sehnen und Narben, Krampfadern, Hämorrhoiden, Verhärtungen der Blutgefäße (Arteriosklerose; Fluor baut Kalk ab), durchsichtige Zahnschmelzen, Karies, Trübung der Augenlinse, Bindegewebsschwäche, aber auch Knotenbildung sowie verhärtete Drüsen (z. B. Lymphknoten), Mangel an »geistiger Elastizität« (Anpassungsschwierigkeiten).

## Anwendung

Calcium fluoratum sollte als langsam wirkendes Mittel über eine längere Zeit (zur Unterstützung von Aufbauprozessen auch monate- bis jahrelang) regelmäßig gelutscht werden. Da es sehr tief greifend wirkt, sollte es in niedrigen Dosierungen, d. h. nicht mehr als 5 bis 6 Tabletten pro Tag, eingesetzt werden.

Als gute Ergänzung haben sich Calcium phosphoricum (Nr. 2) und Silicea (Nr. 11) bewährt. Besonders für Kinder wichtig zur Knochen- und Zahnbildung.

Haut	rau; rissig; Verhärtungen; schlaff; stärkere Hornhautbildung; Schuppenflechte, Dehnungsstreifen, Schwangerschaftsstreifen, Überbein und Krampfadern
Absonderungen	ätzend
Zungenbeläge, Zunge	rissig, borkig; stärker verhornt; im Alter trocken, bräunlich rissig
Augenregion	sehr feine Falten, die fächerförmig vom inneren Winkel des unteren Augenlids ausgehen und durch Querfalten geschnitten werden. Sie zeigen den Mangel an Calcium fluoratum an. Darunter liegt ein rötlich-bräunlicher oder rötlich-schwärzlicher Farbton, der sich auch zum Oberlid ziehen kann.
Hände	Hornhautbildung; schwielige, rissige Hände
Gesicht	Firnisglanz

## Nr. 2 Calcium phosphoricum ( $\text{CaHPO}_4 \cdot 2\text{H}_2\text{O}$ )

Das Salz für Knochen und Zähne

Regelpotenz: D6

Phosphorsaurer Kalk findet sich im menschlichen Körper vorwiegend in den Zähnen und Knochen. Salz Nr. 2 dient der Membran- (Zellhülle-) Stabilisierung der Zellen (z. B. bei Allergien, Katarrhen). Es ist das wichtigste Aufbau- und Kräftigungsmittel und dämpft übersteigerte abbauende Stoffwechselprozesse.

Die Knochen enthalten bis zu 85% ihres Gewichts Calcium phosphoricum. Es kommt in allen Zellen, insbesondere in den Zellkernen, Blutzellen, Ei- und Spermazellen, in vielen inneren Drüsen wie Leber, Speicheldrüse, Schilddrüse usw. und in den Schleimhäuten vor.

Salz Nr. 2 bildet und beeinflusst das Gewebe und die Körperflüssigkeiten in den Zellen. Es wirkt auf den Eiweißaufbau in den Zellen und die Zellneubildung, besonders der Knochen. Es stabilisiert die Zellhüllen. Durch die Sicherung der auf stabilen Membranen basierenden Transportmechanismen wird der Energiehaushalt ausgeglichen und aufrechterhalten. Calcium phosphoricum unterstützt somit die Energiespeicherung, die Aktivierung der Natrium-Kalium-Pumpe, die Rekonvaleszenz und fördert Knochenbildung

und Zahnung. Zudem normalisiert dieses Mineralsalz den Muskeltonus und fördert Blutbildung und Wundheilung.

Nach Dr. Schüßler ist Calcium phosphoricum ein »Funktionsmittel für anämische Zustände und Restaurationsmittel der Gewebe nach Ablauf akuter Krankheiten«.

**Mangel** an diesem Mineralsalz führt zu Störungen in den Erneuerungs- und Aufbauvorgängen. Bemerkbar im Knochenstoffwechsel, bei schlecht heilenden Knochenbrüchen, in der Muskelfunktion, auch bei vielen vegetativen Störungen, z. B. Nervosität, Schlafstörungen, Herzklopfen, Hitzewallungen, Schweißausbrüche, Wetterfühligkeit, Erschöpfungszustände, Überanstrengungskopfschmerz, Schulkopfschmerz, niedriger Blutdruck, Blutarmut, oder auch bei Arteriosklerose, vergrößerten Rachenmandeln, häufigem Erbrechen, schwacher Verdauung, Menstruationsbeschwerden, Allergien, Wadenkrämpfen, Kribbelgefühl, Einschlafen der Glieder, krankhafte Schweißneigung, Neigung zu Nasenbluten.

## Anwendung

Calcium phosphoricum wirkt langsam und sollte daher stets über einen längeren Zeitraum genommen werden. Aufgrund des Calcium-Anteils und der energiezuführenden Phosphat-Komponente wird es vorwiegend morgens gegeben. Als Aufbaumittel wird es häufig mit Calcium fluoratum (Nr. 1) oder Silicea (Nr. 11) kom-

biniert. Magnesium phosphoricum (Nr. 7) ergänzt die Wirkung besonders bei gesteigerter Erregbarkeit von Muskeln und Nerven. Es gilt als das wichtigste Aufbausalz der Biochemie nach Dr. Schüßler und ist ein bewährtes Nerven-, Beruhigungs- und Kräftigungsmittel. In Verbindung mit Natrium chloratum (Nr. 8) ist es außerdem das Mittel für die Rekonvaleszenz.

<b>Haut</b>	hohe Schweißneigung mit eiweißartiger Krustenbildung, kühle Haut mit Kribbelgefühl und eingeschlafenen Extremitäten, blutarm, blass, wächsern aussehend
<b>Absonderungen</b>	Fleischwasser-ähnlich, wie rohes Hühnereiweiß, nicht scharf, glasig milchig; vertrocknen an der Oberfläche zu weiß-gelblichen Krusten
<b>Zungenbeläge, Zunge</b>	Zunge pelzig, durchscheinend weißlich belegt, Geschmack süßlich
<b>Augenregion</b>	Augenbrille, käsige wächserne; bei einem Mangel an Calcium phosphoricum sollte auch Kalium chloratum (Nr. 4) eingenommen werden.
<b>Schleimhaut</b>	chronische Schleimhautkatarrhe, Schuppen und Flechten
<b>Gesicht</b>	wächserner Ton der Stirn- und Nasenpartie, später auf dem ganzen Gesicht (wie Figur aus dem Wachsfigurenkabinett)
<b>Ohren</b>	wachsgelbe Ohren

## Nr. 3 Ferrum phosphoricum ( $\text{FePO}_4 \cdot 4 \text{H}_2\text{O}$ )

*Das Salz fürs Immunsystem*

Regelpotenz: D 12

Eisen ist der wichtigste Bestandteil des Blutfarbstoffs Hämoglobin und des Myoglobins (roter Muskelfarbstoff) und wirkt als Sauerstoffüberträger. Phosphorsaures Eisen ist besonders vorhanden in allen Muskelzellen, im Blut, in einer Reihe innerer Organe, wie z. B. Gehirn, Leber, Milz, Knochenmark, Darmwandung und Darmzotten und in vielen Drüsen mit innerer Sekretion.

Das in den roten Blutkörperchen enthaltene Eisen nimmt bei der Einatmung Sauerstoff aus der Luft auf, um ihn allen Geweben des Körpers zuzuführen. Fehlt das Eisen, so tritt eine Erschlaffung der Muskeln ein. Die Hauptanwendungsgebiete können nicht unmittelbar (wie etwa bei den Kalkmitteln Calcium fluoratum (Nr. 1) und Calcium phosphoricum (Nr. 2) aus seinem Vorkommen im Organismus abgeleitet werden; es wurde aus den eigenen therapeutischen Erfahrungen von Schüßler entwickelt. Ferrum phosphoricum spielt in der Infektabwehr eine wichtige Rolle und ist das Hauptmittel für alle plötzlich auftretenden akuten Gesundheitsstörungen, also auch für die erste Hilfe. Anwendung findet es bei allen ent-

zündlichen Erkrankungen in der ersten Entzündungsphase (trockener Schwellungskatarrh ohne Sekretion), bei akutem Fieber (bis  $38,5^\circ\text{C}$ ) und Schmerzzuständen.

Bei allen Verletzungen wie Quetschungen, Stauchungen, Schnitt- und Schürfwunden oder bei Verletzungen der Weichteile lindert es die akuten Beschwerden und vermindert die Blutung. Über längere Zeit eingenommen, beeinflusst es auch die Wundheilung.

**Mangel** an diesem Mineralsalz führt zu folgenden Symptomen: Konzentrationsstörungen, leichte Ermüdung, wenig Widerstandskraft, Neigung zu Entzündungen, fieberhafte Infekte, Blutarmut, Durchblutungsstörungen; klopfende, pochende und pulsierende Schmerzen; rheumatische Beschwerden und Muskelkater, Magenschleimhautentzündung und beginnender Durchfall oder auch Verstopfung.

### Anwendung

Ferrum phosphoricum wird besonders als Akutmittel bei Infekten, Überanstrengungen und Verletzungen sowie in frühen

Phasen einer entzündlichen oder fieberhaften Erkrankung eingesetzt. Es kann auch vorbeugend eingenommen werden, um Widerstandskraft und Leistungsfähigkeit des Körpers zu stärken und um Infektionen zu vermeiden. Bei Durchblutungs- und Wundheilungsstörungen,

Konzentrationsstörungen und in der Rekonvaleszenz wird es über einen längeren Zeitraum gelutscht.

Die Einnahme erfolgt vorwiegend morgens. In akuten Fällen auf die »heiße« Version mit jeweils 10 Tabletten zurückgreifen.

<b>Augenregion</b>	Ferrum-Schatten, oft als »Ränder unter den Augen« bezeichnet. Dieser zieht von der Nasenwurzel aus unter dem Auge entlang; je länger und dunkler der Strich, desto stärker ist der Mangel. Nach großer Anstrengung oder kurz vor Fieberausbruch ist auch eine Hohläugigkeit sichtbar.
<b>Absonderungen</b>	blutige Wunden
<b>Zungenbeläge</b>	rein, rötlich besonders die Zungenränder, in akuten Fällen oft trocken und am Zungengrund schon weißlich belegt, Zunge sehr rot, Geschmack nach faulen Eiern
<b>Gesicht</b>	Ferrum-phosphoricum-Mangel zeigt sich in der Ferrum-Röte, die fühlbar mit Hitze verbunden ist. Diese wird durch Blutüberfülle hervorgerufen. Man findet sie zuerst auf der Stirn, dann auf den Wangen (Fieberwangen) und an den Ohren.
<b>Ohren</b>	Röte kann auftreten, z. B. nach geistiger Anstrengung.
<b>Haut</b>	Entzündungen und rote Pickel der Gesichtshaut weisen auf einen Ferrum-phosphoricum-Mangel hin.
<b>Augenlider</b>	Schatten innen und unten