

# Angelika Wolffskeel von Reichenberg Die 12 Salze des Lebens - Biochemie nach Dr. Schüßler

Leseprobe

[Die 12 Salze des Lebens - Biochemie nach Dr. Schüßler](#)  
von [Angelika Wolffskeel von Reichenberg](#)



<http://www.narayana-verlag.de/b11866>

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.

Narayana Verlag GmbH

Blumenplatz 2

D-79400 Kandern

Tel. +49 7626 9749 700

Fax +49 7626 9749 709

Email [info@narayana-verlag.de](mailto:info@narayana-verlag.de)

<http://www.narayana-verlag.de>

In unserer [Online-Buchhandlung](#) werden alle deutschen  
und englischen Homöopathie Bücher vorgestellt.



Angelika Gräfin Wolffskeel  
von Reichenberg

# Die 12 Salze des Lebens

Biochemie nach  
Dr. Schüßler – Ein Ratgeber  
für Erwachsene und Kinder

LESEPROBE

**mankau**

Die Deutsche Bibliothek – CIP-Einheitsaufnahme  
Ein Titeldatensatz für diese Publikation ist bei der Deutschen Bibliothek erhältlich.

Angelika Gräfin Wolffskeel von Reichenberg

## Die 12 Salze des Lebens

Biochemie nach Dr. Schüßler –  
Ein Ratgeber für Erwachsene und Kinder

1. Auflage Juli 2005
2. überarb. Auflage Dezember 2005
3. unveränd. Auflage März 2006
4. unveränd. Auflage Juli 2007

**ISBN 978-3-9809565-3-6**

R. Mankau Verlag  
Postfach 13 22, 82413 Murnau a. Staffelsee  
Im Netz: [www.mankau-verlag.de](http://www.mankau-verlag.de)

Lektorat:  
Susanne Baronky, Bodenkirchen

Layout:  
Heike Brückner, Regensburg

Fotos:  
privat (Umschlag außen),  
Heike Brückner (Titelseite: ältere Menschen),  
Deutsche Homöopathie-Union (Umschlag innen)

Druck:  
Druckerei Bercker, Kevelaer

Der Inhalt wurde auf 100% Recyclingpapier gedruckt.

Alle Informationen in diesem Buch wurden von der Autorin mit größter Sorgfalt zusammengestellt und durch den Verlag gewissenhaft bearbeitet und – wo dies möglich war – überprüft. Dennoch erfolgen alle Angaben ohne Gewähr. Für inhaltliche und sachliche Fehler übernehmen Autorin und Verlag keinerlei Verantwortung und Haftung.

## Inhalt

<b>Zum Geleit</b> von Ruth-Maria Kubitschek	9
<b>Vorwort</b> der Autorin	11
<b>Einführung</b> von Hans-Heinrich Jörgensen	13

### I. Grundlagen

1. Schüßler und seine Zeit	17
2. Einführung in die Biochemie nach Schüßler	19
3. Empfehlungen zur Einnahme	26
4. Allgemeine Empfehlungen zur Ernährung	30
5. Die biochemischen Mittel im Überblick	35

### II. Schwangerschaft und Geburt

1. Wenn die Frau zur Mutter wird...	61
2. Biochemie für werdende Eltern	62
3. Biochemie in der Schwangerschaft	64
4. Biochemie für die Geburt	66
5. Biochemie nach der Geburt – Wochenbett – Stillen	67
6. Biochemie für das Kind	69

### III. Kinderheilkunde

1. Einführung	71
2. Symptome von A–Z	72
3. Flüssigkeitsbedarf und Teemischungen	86

### IV. Entwicklung und Pubertät

1. Krisenhafte Zeit des Wandels	89
2. Biochemie nach Dr. Schüßler	93

## V. Wechseljahre

1. Einführung	97
2. Biochemie nach Dr. Schüßler	102
3. Heilkräuter und Tees	106
4. Weitere Maßnahmen	109
5. Wechseljahre als Aufbruch	111

## VI. Spezifische Krankheitsbilder

1. Entzündungen	113
2. Fibromyalgie-Syndrom	128
3. Erkrankungen des Nervensystems	133
4. Osteoporose	153

## VII. Kuren mit Biochemie

1. Frühjahrskur	159
2. Herbst-Winter-Kur	163

## VIII. Die 12 biochemischen Ergänzungsmittel

167

## IX. Krankheiten von A–Z

181

Anhang	271
Angaben zur Person	275
Quellenangaben	276
Stichwortverzeichnis	277

## *Zum Geleit*

Ich bin über die Homöopathie, die Naturheilkunde, zur Biochemie nach Dr. Schüßler geführt worden und habe mich sehr dafür interessiert.

Bei Befindlichkeitsstörungen, die jeder Mensch im Laufe seines Lebens erfährt oder erleidet, habe ich immer wieder zu Schüßler-Salzen gegriffen, um das Gleichgewicht im Körper wiederherzustellen und mich gesund zu erhalten.

In diesem Buch werden die Zusammenhänge sehr klar und verständlich aufgezeigt. Angelika Gräfin Wolffskeel von Reichenberg schreibt umfassend und sehr interessant über die 12 Salze des Lebens in überzeugender und kompetenter Weise.

*Zürich, im Juni 2005*

*Ruth Maria Kubitschek,  
Schauspielerin, Buchautorin*

## *Vorwort der Autorin*

Als Heilpraktikerin liegt mir die Gesundheit des Menschen schon von Berufs wegen am Herzen. Für mich ist es aber darüber hinaus ein Tag für Tag empfundenes und gelebtes Anliegen, mein Wissen an Interessierte weiterzugeben, damit es auf aufnahmebereite Menschen treffen und dort Frucht tragen möge.

Das Buch möchte Anstoß zu eigenen Überlegungen sein und Mut machen für die Überprüfung des eigenen Lebensstils und Anregungen geben für eventuell notwendige Änderungen der Lebensgewohnheiten. Auch aus meiner umfangreichen Tätigkeit als Referentin über die „Salze des Lebens“ sind die Erfahrungen in den vorliegenden Ratgeber eingeflossen, wie ich auch mein Wissen an meine Studierenden weitergebe, die ich in meiner von mir gegründeten Schule „Surya“ auf diesen wunderschönen, wahrhaft heilsamen Beruf des Heilpraktikers vorbereiten darf. Ich möchte dieses praktische Nachschlagewerk für den täglichen Gebrauch verbinden mit einer Einführung in die grundlegenden Gedankengebäude dieses tatkräftigen und in der Entdeckung vorhandener Zusammenhänge und Wirkungsweisen des menschlichen Körpers genialen Arztes und Menschenfreunds Dr. Wilhelm Schüßler.



Ich will verdeutlichen, dass gesundes Leben nur im Einklang mit sich selbst, der Natur und der Umwelt gelingen kann, wie auch im Bewusstsein wechselseitiger Abhängigkeiten.

Aus diesem Bedürfnis heraus ist dieses Buch entstanden, das ich Ihnen, meinen Leserinnen und Lesern, hiermit übergebe. Möge es Sie begleiten auf Ihrem Weg zur vollen ganzheitlichen Gesundung, die nur erreichbar ist in der Einheit von Körper, Seele und Geist. Wenn mein Ratgeber Ihnen hierbei von Nutzen ist, wäre mein Ziel erreicht.

*Gerchsheim, im Juli 2005*

*Angelika Gräfin Wolffskeel  
von Reichenberg*

## *Einführung*

Was bleibt einem Vorwortschreiber denn eigentlich noch zu schreiben, wenn es der Autorin schon so trefflich gelungen ist, das Thema von der Entstehungsgeschichte bis zur praktischen Nutzenanwendung so umfassend darzustellen, wie es Angelika Gräfin Wolffskeel mit ihrem neuen Buch über Schüßlers Biochemie geschafft hat?

Wir wurden in den letzten Jahren mit einer Fülle von Schüßler-Büchern und -Aufsätzen überschüttet. Bei manchen ist es schade um das verschwendete Papier, weil den Schreibern nichts anderes einfiel, als längst Bekanntes wiederzukäuen. Schade auch, weil nur allzu oft sehr fragwürdige eigene individuelle Erfahrungen der Schreiber verfälschend in deren Bücher eingeflossen sind und mehr Verwirrung als Klarheit stiften. Das vorliegende Buch sticht wohlthuend aus der Masse dieser Bücher heraus, weil es der Gräfin gelungen ist, bei allen ausführlichen Erklärungen und hilfreichen Therapieempfehlungen stets sachlich und eng an Schüßlers Originallehre angelehnt zu bleiben.

Die Biochemie – so betont auch die Gräfin übereinstimmend mit Dr. Schüßler – will und soll kein homöopathisches Heilverfahren im Sinne der Hahnemann'schen Ähnlichkeitsregel sein. Sie basiert auf den naturwissenschaftlich-rationalen Erkenntnissen über die Physiologie unseres Stoffwechsels, der ohne die essenziellen Mineralien, die Schüßler zu Recht als Funktionsmittel bezeichnete, eben nicht funktionieren kann. Aber schließlich – zunächst von den zeitgenössischen Schulmedizinern

verlacht – wurde die Biochemie hundert und mehr Jahre von Homöopathen hochgehalten und von homöopathisch orientierten Herstellern bereitgestellt. Das hat zwangsläufig dazu geführt, dass sich in der biochemischen Literatur ein kunterbuntes Durcheinander von homöopathischen und allopathischen Ergänzungs-Therapien tummelt.

Seit langem plädiere ich dafür, dass sich ein kleiner Kreis sachkundiger Biochemiker zusammensetzt und mit Fleiß sortiert, welche Anwendungsempfehlungen aus der Literaturvielfalt denn nun homöopathische oder allopathische sind, und dabei auch diskutiert, welche besser in den Papierkorb wandern sollten. Das Buch der Gräfin Wolffskeel ist ein Schritt voran auf dem langen und mühsamen Weg zu einer solchen Sichtung und Bereinigung. Das immer akribischer ins Detail gehende Arzneimittelrecht der Europäischen Union verlangt eindeutige Aussagen zum Wirkprinzip einer Arznei. Alle Arzneien, die aus Mischungen homöopathischer und pflanzlicher Tinkturen bestanden, sind dem zum Opfer gefallen und aus den Apothekenregalen verschwunden. Auch die seit 130 Jahren bewährte Biochemie muss Farbe bekennen, zu welcher Therapierichtung sie gehören will.

Schüßler war ein faszinierender Beobachter. Von seinen empfohlenen Indikationen muss keine gestrichen werden. Wenngleich der eine oder andere seiner Erklärungsversuche heute als überholt gelten muss, haben seine Therapieempfehlungen ausnahmslos bis heute Bestand. Mehr noch: Sie sind nahezu alle durch moderne Forschungsergebnisse nachvollziehbar. Schüßler war selbst auch stets bemüht, sich an den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen seiner

Zeit zu orientieren und hat dieses Wissen von Auflage zu Auflage in sein Büchlein eingearbeitet. Mit dem heutigen Wissensstand über die Physiologie hätte er manchen Erklärungsversuch sicher anders formuliert. Seinen Schlussfolgerungen tut das keinen Abbruch.

Auch in den eigenen Reihen der Biochemiker flackert seit Schüblers Zeiten immer wieder die zweifelgeplagte Diskussion auf, ob denn die winzige Stoffmenge einer homöopathischen D6- oder gar D12-Potenz wirklich ohne geheimnisvolle Mächte so viel Gutes tun kann. Ausführlich beschäftigt sich Schübler mit diesen schon damals laut werdenden Zweifeln, ob denn die kleine Gabe ausreicht, um Defizite zu decken. Ich zitiere:

*„Die Natur arbeitet nur mit Atomen und Atomgruppen oder Molekülen.“*

*„Daß verschwindend kleine, unwäg-bare Stofftheilchen im Organismus wirken können, läßt sich (...) nicht bestreiten (...).“*

*„Der Gehalt einer Zelle an Mineralstoffen ist verschwindend klein (...). Auch allopathische Mittel sind in kleinen Gaben wirksam.“*

*„(...) und ein dem winzigen Manco entsprechender Ersatz (...) kann die Resorption (...) bewirken.“*

*„(...) wie klein darf dann die Magnesia-Gabe sein, mittels welcher man eine Neuralgie curiren will, die durch ein verschwindend kleines Deficit an genanntem Salze in einem winzigen Theile des Nervengewebes bedingt ist?“*

Das macht deutlich, dass wir nicht riesige Mengen brauchen, um einem Mangelsymptom zu Leibe zu rücken. Jedes Defizit beginnt mit einem Quentchen, einem minimalen Defizit – und

um dieses zu decken, müssen wir ja nicht den gesamten Tagesbedarf auffüllen, sondern eben nur dieses Quentchen. Es ist der berühmte kleine, letzte Tropfen, der ein Fass zum Überlaufen bringt, und es ist die winzige kleine Fehlmenge, die – ersetzt – eine Zelle wieder funktionieren lässt.

Schübler hat uns auch nicht auf die heute üblichen Potenzen D6 und D12 eingeschworen:

*„(...) möge jeder Arzt, der biochemische Mittel anwenden will, nach seinem Ermessen die Dosis wählen.“*

Ausweislich seines Schriftwechsels mit seiner Lieferapotheke hat er selbst oft auch mit tieferen Potenzen gearbeitet. Hier stellt sich tatsächlich angesichts der heute ausgeprägten Versorgungslücken die Frage, ob wir nicht mit tieferen Potenzen und damit höheren Mengenkonzentrationen manchmal besser fahren würden.

Immer wieder macht Schübler deutlich, dass die homöopathische Aufbereitung nicht dem homöopathischen Signalprinzip dient, sondern lediglich der besseren Bioverfügbarkeit:

*„Alle in Wasser unlöslichen Stoffe müssen bis auf mindestens die sechste Stufe der decimalen Verdünnungs-Scala gebracht werden; die in Wasser löslichen können auch in niedrigeren Verdünnungen durch die erwähnten Epithelzellen treten.“*

Wenn wir uns frei machen von der irritierenden Vorstellung (die er mit seinem Rachitis-Beispiel provoziert hat), es müsse jeweils das gleiche Salz sein, das in kleiner Menge die Bewegung der großen Menge anstößt, dann hat Schübler fast prophetisch vorhergesagt, was Physiologie und Neurophysiologie erst

seit ca. 30 Jahren wissen, dass nämlich die verschiedenen Salze sich gegenseitig beeinflussen und in ihrer Bewegung steuern.

*„(...) kann aber (...) in der zwischen den Zellen befindlichen Ernährungsflüssigkeit ein Deficit an einem Salze mit consecutiver (nachfolgender) Störung der Molekularbewegung vorhanden sein. Diese Störung kann den Eintritt eines Ergänzungssalzes aus dem Blute in die betreffenden Interzellularräume verhindern.“*

Wir wissen heute, dass eine winzige Menge Magnesium als Kern der „Kalium-Natrium-Pumpe“ (ATPase) große Mengen Kalium in die Zelle hinein und Natrium aus der Zelle hinaus befördert, und dadurch das Ruhepotenzial der Nerven aufbaut. Wir wissen, dass eine winzige Menge Calcium an der Zellmembran deren Durchlässigkeit steuert und damit den Zusammenbruch der nervlichen Stabilität verhindert. Wir wissen, dass die Umsetzung eines Nervenimpulses in Muskelarbeit an der motorischen Endplatte durch die Freisetzung winziger Calciummengen vermittelt wird und durch ebenso winzige Magnesiummengen verhindert werden kann. Allein die Anwesenheit winziger Mengen freier Eisen-Ionen ermöglicht der Fresszelle erst das Killen eines Bakteriums.

Die Übertragung eines Nervenimpulses am Ranvier'schen Knoten geschieht durch Natrium-Ionen in einer Größenordnung, die der Potenz D 18 entspricht. Eine Tablette unseres Salzes Nr. 8 (Natrium chloratum D6) reicht also, um rund 250 Milliarden Nervenimpulse weiterzuleiten. Damit kann man schon eine ganze Menge bewegen.

Zweifelsohne ist die Biochemie ein Regulationsverfahren – aber nicht mit

Hilfe geheimnisvoller Informationssysteme, sondern ganz materialistisch und naturwissenschaftlich erklärbar. Wenn wir uns von diesem „materialistischen“ Weltbild lösen wollen, lösen wir uns von Dr. Schübler.

Die Biochemie ist modern geworden. Naturheilkundliche Zeitschriften, Frauen-Magazine und Illustrierte haben sich des Themas bemächtigt. Sie haben das wachsende Interesse der Bevölkerung nach Information über die Möglichkeiten der Selbstmedikation erkannt. Der fatale politische Irrtum, wirksame und unschädliche Arzneien dem Patienten nicht mehr zu Lasten der Sozialversicherung zukommen zu lassen, haben dieses Interesse zusätzlich angefacht. Mit der Biochemie haben die Menschen eine nebenwirkungsfreie und preiswerte, zudem hoch wirksame Möglichkeit, sich bei unendlich vielen Unpässlichkeiten des täglichen Lebens selbst zu helfen. Eigenverantwortlichkeit ist auch in der Medizin gefragt.

Das zeigt sich ebenfalls in den vielen beim Biochemischen Bund Deutschlands eingehenden Fragen zur Biochemie, die trotz des vielfältigen Literaturangebotes dort keine Beantwortung fanden. Der Gräfin Wolffskeel – uralter fränkischer Adel, politisch, ökologisch, künstlerisch und kulturell in ihrer Heimatregion bemerkenswert aktiv – ist es gelungen, viele dieser Fragen auf den Punkt zu bringen und schlüssig und allgemein verständlich zu beantworten. Ein Grund mehr, dem Buch eine weite Verbreitung zu wünschen.

*Großenkneten, im Juni 2005*

*Hans-Heinrich Jörgensen,*

*1. Vizepräsident des Biochemischen Bundes Deutschlands e.V.*

# I. Grundlagen

## 1. Schüßler und seine 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. Diese haben bis heute nichts an Bedeutung verloren.

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

einer naturwissenschaftlich begründeten Medizin. Demnach sind Veränderungen, die das so genannte innere Milieu eines Organismus – das heißt die biochemischen Abläufe in den Zellen – stören, maßgeblich an der Entstehung von Befindlichkeitsstörungen bzw. Krankheiten beteiligt.

In dieser Zeit lebte auch der Arzt Dr. Wilhelm Heinrich Schüßler, Begründer der Biochemie. Zeitgenossen waren un-

### Dr. Wilhelm Heinrich Schüßler (1821–1898)

- 1821 Geburt von Wilhelm Heinrich Schüßler in Bad Zwischenahn (Großherzogtum Oldenburg) am 21. August
- 1853 Beginn des Medizinstudiums in Paris
- 1854 Studium in Berlin
- 1855 Promotion zum Dr. med. in Gießen. Anschließend Fortsetzung des Studiums an der Universität Prag
- 1857 Nachträgliches Abitur am Alten Gymnasium in Oldenburg
- 1857 Medizinisches Staatsexamen in Oldenburg am 28. Juli und 12. August
- 1858 Zulassung Dr. Schüßlers als Arzt, Wundarzt und Geburtshelfer am 2. Januar. Erste Wohnung und Praxis in der Kurwickstraße, Oldenburg
- 1872 Beginn der Arbeiten am Buch „Eine Abgekürzte Therapie“
- 1873 Erster Artikel mit dem Titel „Eine abgekürzte homöopathische Therapie“ in der „Allgemeinen Homöopathischen Zeitung Nr. 12“
- 1874 Erscheinen der 1. Auflage von „Eine Abgekürzte Therapie“
- 1885 Gründung des ersten Biochemischen Vereins in Deutschland durch Rechnungsrat August Meyer in Oldenburg. Damit Beginn des biochemischen Vereinswesens
- 1898 Tod Dr. med. Wilhelm Heinrich Schüßlers am 30. März

ter anderem der Chemiker und Mikrobiologe Louis Pasteur, der Bakteriologe Robert Koch, der Pathologe Rudolf Virchow sowie der Arzt Samuel Hahnemann, Begründer der Homöopathie.

## Sein Lebensweg

Wilhelm Schüßler wurde am 21. August 1821 in Bad Zwischenahn im Großherzogtum Oldenburg geboren. Weil seinen Eltern die Mittel fehlten, war ihm zunächst der Zugang zur Universität verwehrt. Er lernte deshalb im Eigenstudium Sprachen und verdiente sich damit als Hauslehrer seinen Lebensunterhalt. Im Alter von 30 Jahren konnte er mit dem Medizinstudium beginnen. Er studierte zunächst ein Jahr in Paris. Die dortige Universität hatte zu dieser Zeit einen besonders guten Ruf. Weitere Studienjahre folgten in Berlin, Gießen und Prag. Hier widmete er sich schon intensiv der Homöopathie. Samuel Hahnemann lebte zu dieser Zeit noch. Hahnemann war mit seiner Heilweise sehr umstritten. Obwohl die damalige Schulmedizin die Homöopathie stark bekämpfte, erfuhr sie in der Bevölkerung wegen ihrer Heilerfolge großen Zuspruch.

Als homöopathisch arbeitender Arzt eröffnete Schüßler 1858 in Oldenburg seine eigene Praxis. Damals waren etwa 700 verschiedene homöopathische Arzneien bekannt. Durch die beginnende naturwissenschaftliche Erkenntnis, dass Mineralstoffe für den Zellstoffwechsel und die Krankheitsentstehung eine sehr große Bedeutung besitzen, begann Schüßler, sich mit den in der Homöopathie gebräuchlichen Mineralstoffen vermehrt auseinander zu setzen.

So untersuchte er die Asche Verstorbenen und erkannte dadurch Zu-

sammenhänge zwischen der jeweiligen Todesursache und dem Mangel an bestimmten lebensnotwendigen anorganischen Salzen (Mineralien). Seine Forschungen führten ihn zu der Erkenntnis, dass 12 Mineralstoffe besonders wesentliche Funktionen ausüben. Diese setzte er dann in homöopathisch potenzierte Form (s. 2. Einführung in die Biochemie nach Schüßler – Funktionsmittel) erfolgreich bei seinen Patienten und deren Behandlung ein. Nicht selten wurde Schüßler nachts von Patienten aufgesucht, die sich möglichst unerkannt einem „anders“ arbeitenden Arzt anvertrauen wollten.

In Oldenburg behandelte er in den nächsten Jahren allein 1.000 diphtheriekrankte Kinder, von denen viele von Schüßlers Kollegen schon aufgegeben worden waren. Sein Wartezimmer war von frühmorgens bis spät in die Nacht mit Patienten gefüllt. Er hatte ca. 11.000 bis 12.000 Patienten pro Jahr. Die vielen Heilerfolge mit 12 Mineralsalzen ermutigten ihn, im Jahre 1874 seine erste kleine Broschüre mit dem Titel „Eine Abgekürzte Therapie“ zu veröffentlichen. Hierin drückte er seine feste Überzeugung aus, dass durch diese 12 Mineralsalze „alle Krankheiten, welche überhaupt heilbar sind, geheilt werden können.“ Trotz vieler Skepsis seitens der Kollegen, auch der homöopathisch tätigen, verbreitete sich die Behandlung mit den „biochemischen Funktionsmitteln“ rasend schnell. Das führte dazu, dass diese Veröffentlichung bald in alle bedeutenden Sprachen übersetzt wurde. Es folgten weitere Veröffentlichungen bis zu seinem Tod am 30. März 1898.

Sein Vermächtnis an die Nachwelt besteht vor allen Dingen in der von ihm vertretenen ganzheitlichen Heilweise,

die auf die Funktionen und Lebensvorgänge des menschlichen Organismus wirkt. Damit hilft er den Menschen bis heute, sich gesund zu halten, und gibt wertvolle Ratschläge bei der Behandlung von Befindlichkeitsstörungen bzw. Krankheiten. Diesem Ziel soll auch der vorliegende Ratgeber dienen.

## Der erste biochemische Verein entsteht

Sein Freund August Meyer, Rechnungsrat bei der Eisenbahn, betrachtete mit großem Missfallen das Desinteresse der ärztlichen Kollegen von Dr. Schüßler an der Biochemie. Nach langen endlosen Verhandlungen gelang es ihm, Dr. Schüßler zu überreden, die biochemische Heilweise in Laienkreisen bekannt

zu machen. Daraufhin wurden in ganz Deutschland Vereine gegründet. Diese hatten insgesamt mehrere zehntausend Mitglieder. Das neue und wichtige Verbreitungsmedium der damaligen Zeit war die Eisenbahn, so dass nicht zuletzt über deren Bedienstete die neuen Ideen an die Menschen in ganz Deutschland herangebracht werden konnten. So entstand 1885 der erste Biochemische Verein in Oldenburg, der heute noch existiert.

Nach dem Zweiten Weltkrieg erfuhr das biochemische Vereinswesen einen dramatischen Niedergang. Heute finden jedoch wieder vermehrt Menschen den Weg in die biochemischen Vereine, weil sich ihr Bewusstsein nach einer sanfteren und naturgemäßen Medizin sehnt.

## 2. Einführung in die Biochemie nach 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).

*Wir leben nicht von dem,  
was wir essen, sondern von dem,  
was wir verdauen.*

*Dr. Otto Kreitner*

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“ (durch Moleschott angedeutet).
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.“*

## Bedeutung von Mineralstoffen im Stoffwechsel

Für jeglichen Stoffwechsel lebender Wesen sind Mineralstoffe ein lebensnotwendiger Bestandteil. Mineralstoffe nach Schüßler sind keine Mineralien im üblichen Sinne, wie wir sie in Lebensmitteln (z. B. Mineralwasser) finden. Im menschlichen Körper treten Mineralien zum einem als Feststoffe auf (z. B. Calcium als Kalk in den Knochen), zum anderen in den Körperflüssigkeiten in Form von Ionen. Diese 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 potenziert Form auch von biochemischen „Funktionsmitteln“ oder von den „Salzen des Lebens“ (bios = Leben). Diese Mineralsalze können, da sie „anorganisch“ sind, nicht vom Körper hergestellt werden. Der Organismus ist unbedingt auf ihre Zufuhr von außen angewiesen.

Aufgrund der Erkenntnisse seines Lehrgebäudes und seiner Lehrsätze wurde Schüßler klar, dass die normale Tätigkeit der Zelle von einem normalen Gehalt an anorganischen Salzen abhängt. Er übertrug diese Erkenntnisse auf die Medizin und schloss daraus, dass die Ursache von Krankheiten in einem abweichenden Mineralgehalt, insbesondere einem Mineralstoffmanko läge. Im Krankheitsfall müssen dementsprechende Mineralsalze zugeführt werden.

Von anderen Therapien mit Mineralstoffen unterscheidet sich die Schüßlersche Therapie jedoch 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 potenziert Form (s. Absatz „Funktionsmittel“) wird ein sanfter Reiz ausgeübt, der die Zellen dazu anregt, die lebensnotwendigen Mineralsalze vermehrt aus der Nahrung aufzunehmen und diese richtig zu verteilen. Dies ist notwendig, da auch bei ausreichender Mineralstoffzufuhr von außen lokale Defizite auftreten können.

Wenn z. B. Transportvorgänge an der Zellmembran (Zellhülle) gestört sind, ist trotz Überfluss im Blut ein Mineralstoffmanko in der Zelle möglich. Hier können die biochemischen Mineralsalze Abhilfe schaffen, indem sie eine Signalfunktion an der Zellmembran ausüben. Die biochemischen Funktionsmittel wirken also nicht durch ihre Masse (Quantität), sondern durch ihre Qualität. Schüßler spricht hier auch davon, dass durch die Gabe der biochemischen Mineralsalze gestörte Molekularbewegungen geregelt werden. So kann eine gestörte Verteilung von Mineralstoffen ausgeglichen werden.

Wir wissen heute, dass z. B. Mangel an Eisen, Magnesium, Calcium usw. für Befindlichkeitsstörungen oder sogar Krankheiten verantwortlich sein kann. Dabei sprechen wir von so genannten „Mangelercheinungen“. Liegt ein Mangel vor, muss durch Zufuhr des entsprechenden Minerals, z. B. in Form von Eisentabletten, der körpereigene Speicher wieder aufgefüllt werden. Oftmals genügt es dann nicht alleine, das entspre-

chende Mineralsalz zuzuführen; denn auch bei ausreichendem Vorhandensein eines Mineralstoffes kann es im Körper zu lokal begrenzten Verteilungsstörungen oder auch zu einem Mangel an aktiv verfügbaren Mineralstoffen kommen.

Die aus den (nicht denaturierten) Lebensmitteln aufgenommenen Mineralien dienen als Baustoffe und bilden die mineralische Grundlage für den Körperaufbau und die Stoffwechselprozesse der Zellen. Die Natur macht aus den anorganischen Mineralstoffen des Bodens über das Wachstum der Pflanze, mit Hilfe der Photosynthese, organische Mineralien. Die normale Funktion der Zelle wird durch richtige Ernährung gewährleistet. Die Zellnahrung wird durch den Blutstrom an die Zelle gebracht.

Vieles von dem, was Schüßler zu seiner Zeit praktisch erfahren hat, wird heute mit Hilfe der neuen Kenntnisse aus der physiologischen und biologischen Chemie verständlich.

Umgekehrt können natürlich deren Erkenntnisse genutzt werden, um neue Einsatzgebiete der Schüßler-Salze zu erschließen. Eine Therapie mit Mineralstoffen und Spurenelementen ist in der Zwischenzeit medizinischer Alltag.

## Krankheitsursachen nach Schüßler

Krankheiten können nach Schüßler verschiedene Ursachen haben. Zum einen kann ein Mangel an einem bestimmten Mineralstoff vorliegen, der auf Verteilungsstörungen zurückzuführen ist. Zum anderen mag es sich um eine Selbstvergiftung der Zelle handeln. Darüber hinaus gibt es krankmachende Faktoren, die direkt auf die Zelle und den Zellstoffwechsel einwirken:

- ▶ elektrischer (physikalischer, pathologischer) Reiz (Elektrosmog, Wasseradern usw.),
- ▶ mechanischer Reiz (Verletzung, Riss, Stich usw.),
- ▶ physikalischer Reiz (Kälte, Hitze usw.),
- ▶ Zivilisationstoxine (Treibhausgas, Smog usw.),
- ▶ chemischer Reiz (Säure, Laugen usw.),
- ▶ toxischer Reiz (Erreger wie Bakterien, Viren, Pilze, Parasiten usw.),
- ▶ aus der Umwelt (Formaldehyd, Autoabgase, Färbemittel usw.);
- ▶ Medikamente: Impfungen, Antibiotika, Hormone, Cortison, Psychopharmaka, Hypertonika usw.

Diese verschiedenen Einflüsse können die Zelle daran hindern, die erforderliche Nahrung aufzunehmen. Die Folge davon ist: Der Stoffwechsel wird gestört. Führen wir z. B. bei Krämpfen den fehlenden Mineralstoff, z. B. Magnesium phosphoricum, direkt über das Blut zu und regen damit die Entkrampfung der Zellen an, erfolgt als unmittelbares Ergebnis die Heilung.

Dazu Dr. Schüßler: *„Gesundheit ist das quantitative Gleichgewicht der einzelnen Mineralsalze, Krankheit entsteht erst durch das Ungleichgewicht dieser Mineralsalze.“*

## Homöopathie – Gemeinsamkeiten und Unterschiede

Gemeinsam haben die Biochemie nach Schüßler und die Homöopathie das Bestreben, mit Hilfe von Heilmitteln natürlichen Ursprungs die Gesundheit von Menschen zu fördern und Krankheiten ganzheitlich zu behandeln. Die

Herstellung durch homöopathische Potenzierung (s. Absatz „Funktionsmittel“) ist beiden Behandlungsformen im Grundsatz gleich. Während in der Homöopathie neben den Niederpotenzen bis D10 auch Mittel- und Hochpotenzen ab D30 zu finden sind, arbeitet die Biochemie nach Schüßler in der Regel mit den Potenzstufen D6 und D12. Ein weiterer Unterschied besteht schon im Grundsatz der Mittelwahl. Während bei der Behandlung mit den Schüßler-Salzen biochemische Funktionsmittel zugeführt werden, um einen durch fehlende Mineralstoffe bedingten Mangel auszugleichen, wird in der Homöopathie das Mittel nach dem Ähnlichkeitsprinzip ausgesucht. Dieses besagt, dass eine Arznei, die beim Gesunden bestimmte Symptome hervorruft, ähnliche Beschwerden oder Symptome beim Kranken heilen kann. Für die Homöopathie gilt eine Faustregel, die so genannte „Simile-Regel“: *„Gleiches heilt Gleiches“* oder *„Ähnliches heilt Ähnliches“*.

*Der Arzt muss das Gegenwärtige beobachten, das Vorhergegangene wissen und das Künftige voraussehen.*

Hippokrates

Schüßler dagegen sieht klare Unterschiede zwischen der Biochemie und der Homöopathie: *„(...) mein Heilverfahren ist aber kein homöopathisches, denn es gründet sich nicht auf das Ähnlichkeitsprinzip, sondern auf die physiologisch-chemischen Vorgänge, welche im menschlichen Organismus sich vollziehen.“*

Und weiter: *„Der Grundsatz, nach welchem ein Mittel gewählt wird, drückt diesem sein Gepräge auf. – Ein nach dem Ähnlichkeitsprinzip gewähltes Mittel aber, welches den Mineralstoffen des Organismus homogen ist, und dessen Anwendung sich auf die physiologische Chemie gründet, ist ein biochemisches.“*

### „Fehlendes durch Fehlendes ersetzen“

Unter dem Stichwort „Mangel“ ist normalerweise kein mengenmäßiger Mangel zu verstehen, sondern eine Verteilungsstörung. Schüßler nannte das die „Bewegungsstörung“ der Mineralstoffe. 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. Wollten wir damit quantitative Mängel beheben, wäre die Therapie in dieser Art wegen der geringen Mineralstoffmenge in den Tabletten wenig sinnvoll. Bei einer akuten Erkrankung kommt es im Körper zu einem erhöhten Verbrauch bestimmter Mineralstoff-Ionen. Mangelt es gerade an diesen Mineralstoff-Ionen zur Aufrechterhaltung der Körperfunktionen, werden diese aus den Geweben mobilisiert. Schüßler ging davon aus, dass in diesem Fall Stoffe, die an diese Mineralstoffe gebunden sind, ausfallen. Ein Beispiel dafür: Mangel an oder Verbrauch von Mineralien, z. B. von Natrium chloratum, ist beispielsweise zu erkennen an einem einsetzenden Fließschnupfen oder an tränenden Augen. Bei der Therapie eines tatsächlichen Mineralstoffmangels, wie bei der Osteoporose, ist es immer sinnvoll, den Körper anzuregen, wieder stabile und elastische

Gewebe und Strukturen aufzubauen und diese zu ernähren.

Schüßler: *„Jedes biochemische Mittel muss so verdünnt werden, dass die Funktionen gesunder Zellen nicht gestört, vorhandene Funktionsstörungen aber ausgeglichen werden können.“*

Als homöopathisch denkender Arzt potenzierte er seine Mineralstoffe: Er verrieb und verdünnte stufenweise mit Milchzucker. So können die heilwirksamen Salze direkt über die Schleimhäute des Schlundes (Rachen) und der Speiseröhre ins Blut übertreten.

### Funktionsmittel

Schüßler erkannte, dass er die Mineralstoffe potenzieren musste, da diese sonst direkt über die Nieren ausgeschieden werden. Somit gelangen sie nicht ins Blut und damit nicht in die Zellen. Schüßler selbst setzte hauptsächlich die Potenz D6 ein, mit Ausnahme von Calcium fluoratum, Ferrum phosphoricum und Silicea, die wegen der geringen Löslichkeit in D12 verordnet wurden. Die Schüßler-Salze 1 bis 12 gibt es dank verbesserter Herstellungsverfahren in den Potenzierungen D3, D6 und D12. Beim Lutschen der Tabletten tolerieren die Regulierungssysteme, z. B. das Immunsystem, dies, und die 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

Funktionssalze bzw. Funktionsmittel genannt.

Die Biochemie ist eine Regulations-

### Die Potenzierung

Bei der Herstellung homöopathischer und 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.

therapie: Mit ihrer Hilfe wird die Verteilungsstörung der Mineralsalze reguliert.

Die Wirkung der biochemischen Mineralsalze lässt sich zu einem großen Teil herleiten, wenn man die Bedeutung der in ihnen enthaltenen Ionen kennt. Dies ist eng mit ihrem Vorkommen im Organismus verbunden. Dabei zeigt das Kation (+) den „Funktionsort“ („wo etwas passiert“) an.

Hierfür gilt:

- ▶ Kalium: intrazellulär (in der Zelle);
- ▶ Natrium: extrazellulär (außerhalb der Zelle);
- ▶ Calcium: an der Membran (Zellhülle);
- ▶ Silicea: Bindegewebe;
- ▶ Magnesium: an der Membran, Nerven.

Das Anion (-) zeigt dagegen die Wirkungsweise an:

- ▶ Phosphat: Energiegeber;
- ▶ Sulfat: Reinigung;
- ▶ Chlorid: Transportbewegung (z. B. rein in die Zelle, raus aus der Zelle).

## Zur Bedeutung des „inneren Milieus“ im Körper

Biologische Systeme, besonders der menschliche Organismus, sind hochkomplex und von einer unendlichen Vielzahl von Regelkreisläufen gesteuert. Auch mit dem heutigen Wissen verstehen wir das komplizierte Zusammen- und Wechselwirken der einzelnen Körperfunktionen meist nur ansatzweise. Forscht man lediglich nach dem Prinzip Ursache/Wirkung, können andere Zusammenhänge innerhalb dieser komplexen Regelkreisläufe nicht erkannt werden. Es zeigt sich das Dilemma der konventionellen Therapie bei chronischen Krankheiten deutlich, weil nach wie vor überwiegend versucht wird, Krankheiten nach einem Ursache-Wirkungs-Prinzip zu behandeln (z. B. mit einem Arzneimittel, das einen bestimmten Rezeptor in der Zelle blockiert). Ergebnisse sind oft enttäuschend.

Wir können die Gesundheit nur erhalten und Krankheiten nur dauerhaft heilen, wenn der Organismus in der Lage ist, sich auf wechselnde Umweltbedingungen und Anforderungen einzustellen und angemessen darauf zu reagieren. Diese Erkenntnis stellt ein sehr wesentliches Grundprinzip der Regulationstherapie dar. Voraussetzung, um reagieren zu können, ist jedoch eine intakte Biochemie der Zelle und der Zwischenzellsubstanz (auch „Zwischenzellmatrix“ oder „Interstitium“ genannt).

Bei der Zwischenzellsubstanz handelt es sich um eine feine, lockere Bindegewebsstruktur, die jedes Organ durchzieht, die Zellen umschließt und in dem die Lymphgefäße und Nervenfasern enden. Die Beschaffenheit des Interstitiums ist für die Funktionsfähigkeit der Zellen, der Organe und des Gesamtorganismus

von entscheidender Bedeutung. Wir wissen heute, dass dieser Zwischenzellmatrix eine wichtige Rolle für die Regulations- und Kommunikationsprozesse zwischen den Zellen zukommt. Heute kann man bei vielen Krankheiten und Funktionsstörungen von Organen auch eine Störung im Stoffwechsel der Zwischenzellmatrix nachweisen. Insbesondere gilt dies für sehr komplexe Systeme, z. B. das Immunsystem.

Man geht heute davon aus, dass gerade in diesem Bereich die Wirkung der Homöopathie und der Biochemie vorzugsweise ansetzt. Mineralsalztabletten nach Schüßler entfalten ihre Wirkung als Funktionsmittel an der Zellmembran (Zellhülle) und innerhalb der Zelle, aber auch in der Zwischenzellmatrix. Es ist erwiesen, dass Stoffe in niedriger homöopathischer Potenzierung die Funktion des Immunsystems unterstützen können und damit die Abwehr von Krankheits-erregern verbessern. Man nennt dies „immunologische Beistandsreaktion“. Die Wirkung liegt in der Kommunikation der Stoffwechselprozesse und in der Zwischenzellmatrix.

Mineralstofftabletten beeinflussen das Energiepotenzial der Zellmembran und verbessern die Reaktionsfähigkeit der Zelle. Aktive, lebensfähige Zellen haben eine höhere Zellmembran-Energie (zwischen 30 und 90 mV) als degenerierte oder absterbende Zellen.

Damit erklärt sich, dass wir mit Hilfe der Schüßlersalze auf Zell- und Zwischenzell-Ebene auf die Lebendigkeit und Reaktionsfähigkeit des gesamten Organismus einwirken können.

## Wo kann ich die Biochemie einsetzen?

Die biochemischen Mineralsalze nach Schüßler 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,
- ▶ Drüsenalze.

Ferner zur Gesunderhaltung, bei akuten wie chronischen Erkrankungen, Schmerzen, während Schwangerschaft

und Stillzeit, in der Kinderheilkunde, zur Operationsvorbereitung und Nachsorge, als Haus- und Reiseapotheke und zur Unterstützung bei allopathischen Behandlungen. Wählen wir die richtigen Mittel, können diese in jeder Lebensphase für die ganz speziellen Bedürfnisse oder Erkrankungen des jeweiligen Altersabschnitts hilfreich und nützlich sein.

Die breite Wirkung der Biochemie auf den Organismus hilft oftmals, vielfältige Befindlichkeitsstörungen und Beschwerden zu bessern oder ganz und gar zu heilen. Gerade zur Vorsorge von Krankheiten und zur Gesunderhaltung ist es von großem Vorteil, dass die biochemischen Funktionstabletten völlig unbedenklich sind und auch über einen längeren Zeitraum gelutscht werden können.

### 3. 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 Mundschleimhäute aufgenommen werden können. Dies bewirkt eine bessere und schnellere Aufnahme in den Organismus. Eine mögliche Beeinflussung durch die Verdauungssäfte kann so ebenfalls vermieden werden. (Würden sie abgeschluckt werden, blieben sie wirkungslos, weil die Magensäure die biochemischen Funktionsmittel zerstört.)

Am besten lutschen Sie die Funktionsmittel einzeln im Mund. Es können auch 2 Tabletten auf einmal gelutscht werden.

Alternativ können die biochemischen Funktionsmittel aufgelöst in etwas abgekochtem, heißem Wasser, auf Mundtemperatur abgekühlt, kauend getrunken werden. Aus meiner Sicht die beste Darreichungsform. Dies empfiehlt sich vor allem bei größeren Einnahmemengen.

Die biochemischen Funktionsmittel sollten ca. eine halbe Stunde vor oder nach den Mahlzeiten gelutscht werden. Gleichzeitige Einnahme mit Essen oder Trinken ist nicht allzu empfehlenswert, weil der Organismus sich besser mit einer Aufgabe beschäftigen kann, als viele Dinge gleichzeitig zu tun.

Schüßler-Salze werden in der Regel häufiger und in größerer Menge eingenommen als homöopathische Arzneimittel. Wenig sinnvoll erscheinen jedoch sehr große Einnahmemengen. Die tatsächlich zugeführte Menge an Mineralstoffen ist allerdings auch bei höherer Dosis noch

verschwindend gering. Die Mineralsalze in den biochemischen Funktionsmitteln finden wir nach der Einnahme als Ionen im Körper.

Eine Überdosierung ist im üblichen Dosisbereich auch bei einer längeren Einnahme von verschiedenen biochemischen Funktionsmitteln nicht möglich. Bei der Einnahme vieler Tabletten (50–100 pro Tag) oder bei sehr empfindlichen Personen kann der Milchzucker eine leicht abführende Wirkung haben.

#### Akute Erkrankungen

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

Bei dem biochemischen Funktionsmittel Nr. 7, Magnesium phos., hat sich noch eine andere Einnahmeweise bewährt, die besonders schnell und intensiv wirkt: die so genannte „Heiße 7“. Sie wird bevorzugt bei akuten Schmerzen und Krämpfen angewandt. Dabei wird das Salz in heißem Wasser aufgelöst und schluckweise kauend getrunken.

Selbstverständlich kann ein jegliches biochemisches Funktionsmittel in der heißen Darreichungsform eingenommen werden.

#### Chronische Erkrankungen

Bei chronischen Beschwerden sollten Erwachsene über den Tag verteilt 5–10 Tabletten im Munde zergehen lassen.

#### Säuglinge

Bereits Säuglingen können die Tabletten in gelöster Form mit dem Fläschchen, über die Brei-Methode (1 Tablette als Brei lösen, auf die Brustwarze auftragen und das zu stillende Kind saugen lassen; oder den Brei in die Wangeninnentasche streichen) oder mit der Brei-Mahlzeit gegeben werden.

#### Diabetiker

Diabetiker sollten die Tabletten wegen des Gehalts an Milchzucker auf ihre Broteinheiten anrechnen. 50 Tabletten entsprechen dabei ungefähr einer Broteinheit. Es gibt die Möglichkeit, die Tabletten in Wasser zu lösen, den Milchzucker absetzen zu lassen, den Überstand zu kauen und anschließend das Wasser auszuspucken. Der Milchzucker ist sehr träge und wird deshalb in der kurzen Zeit kaum bis gar nicht aufgenommen.

#### 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 – in unterschiedlicher Ausprägung – an mehreren Mineralsalzen bestehen. Diese sind dann entsprechend einzunehmen. Eine Obergrenze von 4–6 Mineralsalzen sollte dabei nicht überschritten werden.

Bei akuten Krankheiten wird der Mangel eines bestimmten Minerals sehr stark sichtbar und chronische Mangelzustände treten in ihrer Bedeutung in den Hintergrund. Ist der akute Zustand vorbei, tritt der chronische Mangel wieder hervor. Bei einer Einnahme gegen chronische Erkrankungen wird deshalb zu Gunsten der akuten Erkrankung die Behandlung unterbrochen und dann nach Ende wieder erneut fortgesetzt.

### Fragen, die häufig gestellt werden

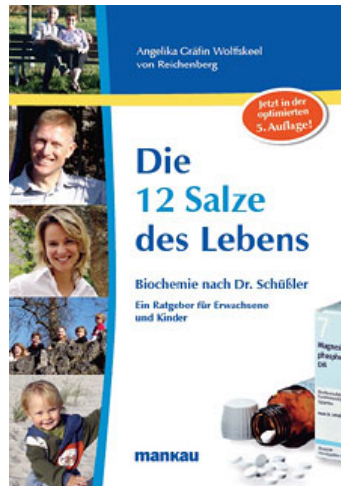
#### 1. Können Nebenwirkungen auftreten?

Durch den Milchzucker kann es bei Einnahme größerer Mengen zu einer weichen Konsistenz des Stuhls kommen. Durchfall ist bei den üblichen Dosierungen nicht zu erwarten.

Menschen, die unter Zöliakie (auf Glutenunverträglichkeit beruhende Verdauungsstörung mit chronischem Durchfall, bei Verzehr von Getreideprodukten) oder einer sonstigen Überempfindlichkeit gegen Weizenstärke leiden, sollten biochemische Funktionsmittel bevorzugen, die glutenfrei sind. Alternativ könnte ein homöopathisches Mittel in der gleichen Potenzierung, z. B. Calcium phos. D6, auf Rohrzuckerbasis genommen werden. 5 Globuli entsprechen 1 Mineralsalztablette.

#### 2. Gibt es Gegenanzeigen?

Bei Lactose-Unverträglichkeit (Milchzucker-Unverträglichkeit) sollte die gelöste Variante (§. Abschnitt „Diabetiker“) gewählt werden.

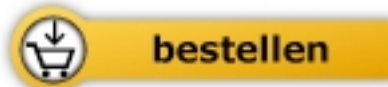


Angelika Wolffskeel von Reichenberg

[Die 12 Salze des Lebens - Biochemie nach Dr. Schüßler](#)

Ein Ratgeber für Erwachsene und Kinder

334 Seiten, kart.  
erschienen 2010



Mehr Homöopathie Bücher auf [www.narayana-verlag.de](http://www.narayana-verlag.de)