

# Günther H. Heepen

## Schüßler-Kuren Heilanwendungen mit den 12 Salzen

Leseprobe

[Schüßler-Kuren Heilanwendungen mit den 12 Salzen](#)

von [Günther H. Heepen](#)



<http://www.narayana-verlag.de/b5332>

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.



## THEORIE

---

Ein Wort zuvor.	
<b>LEBENSWICHTIGE MINERALSALZE .</b>	<b>7</b>
Dr. Schüßlers Heilverfahren.....	8
Was sind Schüßler-Salze?.....	9
Wie die Salze hergestellt werden .....	10
Wie die Salze eingenommen werden . . . .	10
Kuren mit Schüßler-Salzen - für Gesundheit und Wohlbefinden.....	16
Zwölf Salze, zwölf Salben .....	18
Nr. 1 Calcium fluoratum D12 (Kalziumfluorid) .....	19
Nr. 2 Calcium phosphoricum D6 (Kalziumphosphat).....	21
Nr. 3 Ferrum phosphoricum D12 (Eisenphosphat).....	22
Nr. 4 Kalium chloratum D6 (Kaliumchlorid).....	23
Nr. 5 Kalium phosphoricum D6 (Kaliumphosphat).....	25
Nr. 6 Kalium sulfuricum D6 (Kaliumsulfat).....	26
Nr. 7 Magnesium phosphoricum D6 (Magnesiumphosphat).....	28
Nr. 8 Natrium chloratum D6 (Natriumchlorid, Kochsalz).....	29
Nr. 9 Natrium phosphoricum D6 (Natriumphosphat).....	30
Nr. 10 Natrium sulfuricum D6 (Natriumsulfat).....	32

Nr. 11 SiliceaD12 (Siliziumdioxid) .....	33
Nr. 12 Calcium sulfuricum D6 (Kalziumsulfat).....	35
Zwölf Ergänzungsmittel.....	36

## PRAXIS

<b>WELCHE SALZE BENÖTIGT IHR KÖRPER?.....</b>	<b>41</b>
---------------------------------------------------	-----------

So stellen Sie sich Ihre Salze selbst zusammen .....	42
Checkliste zur Selbstanalyse.....	43
Von den Beschwerden zu den Salzen . . . .	44
Salze über Weihe-Punkte finden.....	54

<b>VON KOPF BIS FUSS GESUND WERDEN .</b>	<b>59</b>
----------------------------------------------	-----------

Kurpakete für häufige Beschwerden.....	60
Hals, Nase, Ohren.....	61
Lunge und Bronchien.....	63
Herz, Kreislaufund Blutgefäße .....	65
Galle und Leber.....	71
Verdauungstrakt.....	73
Nieren, Blase und Harnwege .....	77
Haut, Haare und Nägel.....	79
Immunsystem.....	87
Bewegungsapparat.....	89
Seele ____ .....	92



KUREN FÜRS WOHLBEFINDEN.....99

Kommen Sie ins Gleichgewicht! ..... 100  
Vital und leistungsfähig werden ..... 101  
Entschlacken und den Stoffwechsel  
anregen ..... 104  
Darmreinigung ..... 107  
Erholsamer Schlaf ..... 108  
Wetterfähigkeit ..... 110  
Schönheit für Haut und Haare ..... 113

SERVICE

Kurbegleitende Anwendungen..... 118  
Bücher, die weiterhelfen ..... 122  
Adressen, die weiterhelfen ..... 123  
Register..... 125  
Impressum ..... 127





## EIN WORTZUVOR

Vor wenigen Jahren hätte es niemand für möglich gehalten, dass die Schüssler-Salze einen derartigen Erfolg erleben, wie es heute der Fall ist. Hunderttausende von Menschen haben sich dieser einzigartigen Heilweise zugewandt, sind begeistert und haben die Biochemie und ihre Anwendung für Gesundheit und Wohlbefinden schätzen gelernt. Die Schüssler-Salze stellen in der Tat einen unglaublichen Heilmittelschatz dar und sind ideal für die Selbstbehandlung verschiedener Beschwerden geeignet. Im Rahmen meiner jahrelangen Erfahrung als Heilpraktiker habe ich festgestellt, dass es eine fantastische Möglichkeit gibt, den Erfolg mit den Salzen noch zu steigern: mit biochemischen Kuren. Damit ist die mehrwöchige Einnahme der Salze nach einem bestimmten, in der Praxis erprobten Schema gemeint, um chronische oder immer wiederkehrende Beschwerden nachhaltig zu bessern oder ganz zu beheben.

Sie müssen übrigens nicht krank sein, um sich mit einer biochemischen Kur etwas Gutes zu tun. Kuren mit Schüssler-Salzen bieten sich auch an, wenn es nur darum geht, sich ein persönliches Wohlfühlprogramm zusammenzustellen, um neue Energie zu tanken. Die Praxis hat mich außerdem gelehrt, dass neben den Schüssler-Salzen oft weitere begleitende Maßnahmen nützlich sind, um Körper, Seele und Geist wieder ins Gleichgewicht zu bringen und neue Kräfte zu mobilisieren. Auch aus dieser Erkenntnis heraus sind die biochemischen Kuren als Gesamtpakete entstanden. Diese kombinieren die Schüssler-Salze mit verschiedenen Begleitmethoden, beispielsweise Helmel-Übungen, Wasserpunktur und Wasserfalleffekt, ansteigende Fußbäder, Tees und Frischpflanzensäfte. Finden Sie nun mithilfe dieses Buches Ihre persönliche Kur, um gesund zu werden und gesund zu bleiben!

**Günther H. Heepen**

(Seite 10) im Körper mehr bewirken als grobstoffliche: Sie führen dem Organismus zum einen winzige Salzteilchen zu, die für viele Funktionen unerlässlich sind. Zum anderen - und hier unterscheidet sich die Schüssler-Therapie von allen anderen Mineralsalztherapien - lösen sie im Körper Heilreaktionen aus. Beide Funktionen ergeben das Prinzip der »Biochemie«, wie Dr. Schüssler sein Heilverfahren nannte (griechisch bios = Leben; Chemie = die Wissenschaft der Elemente). Seine Heilmittel, die Mineralsalze, bezeichnete Dr. Schüssler als Funktionsmittel, um auszudrücken, dass sie die normale Funktion gestörter Organe wiederherstellen können.

### **Was sind Schüssler-Salze?**

Schüssler-Salze können Funktionen im Organismus nicht nur wiederherstellen, sondern sie auch aufrechterhalten, beschleunigen oder verlangsamen. Für das einwandfreie Zusammenspiel verschiedener Mechanismen im Körper kristallisierten sich nach jahrelangen Forschungsarbeiten Dr.

Schüsslers zwölf Heilsalze heraus. Ich bezeichne sie als Basissalze, weil es daneben noch zwölf Ergänzungssalze gibt (Seite 36-37). Mit diesen zwölf Salzen entwickelte Dr. Schüssler eine beachtenswerte und genau durchdachte Methode, um den Mineralstoffhaushalt im Körper auf sanfte Art und Weise wieder ins Lot zu bringen.

Dass diese Methode wirklich funktioniert, erlebe ich täglich in meiner Praxis. Nehmen wir als einfaches Beispiel den Schnupfen: Hier ist der Sekrethaushalt der Schleimhäute gestört. Das Mineralsalz Natrium chloratum (Seite 29) behebt dieses Problem, indem es den Sekretfluss verringert; der Schnupfen klingt ab. In gleicher Weise werden auch den anderen Salzen jeweils typische Funktionsmerkmale zugeordnet.

### **KUREN MIT SCHÜSSLER-SALZEN**

Die Schüssler-Salze sind inzwischen vielen Menschen geläufig. Weniger bekannt ist, dass es auch Kuren mit Schüssler-Salzen gibt, die ich Vorjahren aus meiner praktischen Erfahrung heraus entwickelt habe. Es handelt sich hierbei um verschiedene Kombinationen von Salzen, die über mehrere Wochen angewendet werden. Mit ihnen lassen sich vor allem häufig wiederkehrende Beschwerden effektiv und nachhaltig behandeln. Gleichzeitig können Sie mit den Kuren Ihren Körper stärken. Um den Erfolg zu steigern, können Sie die Kur mit begleitenden Maßnahmen verbinden – mit bewährten Hausmitteln und Naturheilverfahren, die fast alle hervorragend zur Selbstanwendung geeignet sind.

## Wie die Salze hergestellt werden

Schüßler-Salze werden nach dem Gesetz der Homöopathie hergestellt. Der Begriff stammt aus dem Griechischen (homoio = gleich, ähnlich; pathia = Krankheit) und bezeichnet eine Heilmethode, die der deutsche Arzt Dr. Samuel Hahnemann (1755-1843) Ende des 18. Jahrhunderts entdeckt und beschrieben hat. Das Heilverfahren basiert auf der Ähnlichkeitsregel: »Ähnliches möge mit Ähnlichem geheilt werden.« Das bedeutet, dass ein Stoff bei einem kranken Menschen genau die Symptome heilen kann, die er bei einem gesunden auslösen würde.

Bei der Herstellung homöopathischer Mittel wird der Ausgangsstoff - eine pflanzliche, tierische oder mineralische Ursubstanz - rhythmisch verdünnt. Feste Ausgangsstoffe wie Mineralsalze werden mit Milchzucker verrieben und flüssige Ausgangsstoffe mit einem Alkohol-Wasser-Gemisch verschüttelt. Diesen rhythmischen Herstellungsprozess nennt man Potenzierung, da die Substanz durch jeden Verreibungs- beziehungsweise Verschüttelgang an Kraft (Potenz) zunimmt.

Die Verdünnung oder Verreibung in Zehnerschritten bezeichnet man als Dezimalpotenz. Sie ist mit einem »D« hinter dem Namen des Mittels gekennzeichnet. Die Potenz D1 besagt, dass ein Teil der Ursubstanz mit neun Teilen Trägerstoff verrieben oder verschüttelt wurde. Diese Potenz wird auf dieselbe Weise weiter verdünnt; so entsteht als Nächstes die Potenz D2, dann D3 und so weiter. Die Verdünnung können Sie an der Zahl hinter dem »D« erkennen; sie gibt die Anzahl der Nullen an. D2 bedeutet demnach eine Verdünnung im Verhältnis 1:100.

### VERWENDETE POTENZEN

Schüßler-Salze werden in der Regel in den Potenzen D6 und D12 angewendet. Gelegentlich nimmt man auch die dritte Dezimalpotenz (D3). Doch auch nicht potenzierte Mineralsalze wie Kochsalzspülungen bei chronischem Schnupfen (Seite 62) sowie Dampfbäder oder Inhalationen mit Salzen sind Anwendungen im Sinne Dr. Schüßlers.

## Wie die Salze eingenommen werden

Bei den Schüßler-Salzen ist die Aufnahme des Wirkstoffes über die Mundschleimhaut eine wichtige Voraussetzung für die volle Entfaltung der Heilwirkung. Dr. Schüßler hat bewusst diese Einnahmeform gewählt. Seinen Patienten trug er auf, die mit Milchzucker verriebenen Salze in Wasser aufzulösen und jeden Schluck einige Sekunden im Mund zu belassen, bis der Wirkstoff völlig aufgenommen sei. Nach Dr. Schüßlers Tod wurden die Salze aus

## GRENZEN DER SELBSTBEHANDLUNG

### Bitte bei der Einnahme beachten!

Schüssler-Salze sind zwar frei von Nebenwirkungen, doch sollten Sie bei der Einnahme einige wichtige Punkte berücksichtigen.

- > Wie bei allen sanften Heilverfahren sind auch bei den Schüssler-Salzen die Grenzen der Selbstbehandlung unbedingt zu beachten. Sollte sich bei harmlos erscheinenden akuten Beschwerden innerhalb von ein bis zwei Tagen keine Tendenz zur Besserung zeigen, lassen Sie sie von Ihrem Arzt oder Heilpraktiker diagnostisch abklären. Wenn Sie heftige Beschwerden haben oder sich über bestimmte Symptome im Unklaren sind, verzichten Sie bitte von vornherein auf eine Selbstbehandlung und suchen Sie umgehend Ihren Arzt oder Heilpraktiker auf.
- > Laktose-Intoleranz-Patienten sollten die Heiße Sieben nicht mehrere Male nacheinander anwenden. Tabletten, die man einzeln und in Abständen von Minuten oder Stunden im Mund zergehen lässt oder in Wasser auflöst, von dem man immer wieder einen Schluck nimmt, verursachen dagegen keine Beschwerden. Denn eine Laktose-Intoleranz-Reaktion tritt erst im Dünndarm auf, und zwar ab einer Tablettenmenge, die deutlich höher ist als die übliche Dosierung (mindestens 50 Tabletten auf einmal).
- > Menschen mit einem empfindlichen Magen sollten die Heiße Sieben ebenfalls nicht mehrmals nacheinander trinken; sonst könnten Symptome wie Magen brennen, Magendruck oder Sodbrennen auftreten.
- > Bei Unverträglichkeit von Milchzucker, Weizenstärke und anderen Hilfsstoffen sollten Sie sich bei Ihrem Arzt, Heilpraktiker oder Apotheker informieren, ob Sie die Salze, in denen Milchzucker als Trägermittel enthalten ist, bedenkenlos einnehmen können. Falls nicht, können Sie die Schüssler-Salze als Globuli (Streukügelchen aus Rohrzucker) oder als alkoholische Tropfen einnehmen.
- > Homöopathische Tropfen enthalten Alkohol und kommen daher weder für Kinder noch für Erwachsene, die keinen Alkohol vertragen, als Ersatz für die Tabletten infrage.
- > Nierenkranke, die aus schulmedizinischer Sicht keine grobstofflichen Mineral-salze einnehmen dürfen, können die homöopathisch aufbereiteten Schüssler-Salze in den üblichen Dosierungen (Seite 13) anwenden.

## Nr. 1 Calcium fluoratum D12 (Kalziumfluorid)

Kalziumfluorid ist ein Salz, das im Hautgewebe, in Bändern, Sehnen, Knochen und Zähnen vorkommt und dort für Festigkeit und Stabilität sorgt. Im Zahnschmelz schützt es zudem vor Karies. In der Biochemie bezeichnet man dieses Salz als Keratolytikum, abgeleitet von Keratin - das ist ein Hornstoff, der sich in allen Hornsubstanzen, also in Haut, Haaren und Nägeln, befindet. Wird zu viel Keratin in der Haut gebildet, ist eine übermäßige Stärke der Hornschicht durch vermehrte Hornbildung auffällig. Auch bei Hautpilzkrankungen und Schuppenflechte in Haut und Nägeln ist eine übermäßige Hornstoffproduktion auffällig. Nr. 1 Calcium fluoratum D12 wirkt regulierend bei derartigen Störungen. Das Salz kann erschlafftes Gewebe stabilisieren und verhärtetem Gewebe wie etwa Narben mehr Elastizität verleihen. Generell festigt Kalziumfluorid das Knochengewebe und den Zahnschmelz.

Hier hilft Calcium fluoratum

- > Gefäße: Hämorrhoiden; Besenreiservenen; Krampfadern und venöse Stauungen im Sommer (»dicke Beine«)
- > Gelenke und Knochen: Arthrotisch veränderte Gelenke (»Gelenkabnutzung«, die mit Verhärtung einhergeht); Knochen erweichung; Knochenschwund (Osteoporose); Exostosen (zapfenartige Knochenauswüchse); Fersensporn; Überbein (gutartiges, gallertartiges Gebilde an Gelenken und Sehnen)
- > Haut und Nägel: Verhärtete Narben; erschlaffte, faltige und trocken-rissige Haut mit Borken; Schwangerschaftsstreifen; übermäßige Hornhaut, auch in Verbindung mit Schuppenflechte oder Hautpilzen; Schrunden; Warzen; mitesserartige verhornte Knötchen im Gesicht; hornartige Papeln an Beinen und Armen; Nagel- und Nagelbettveränderungen (Hebung der Nagelplatte bei Nagelpilzen); Ekzeme nach einer Strahlenbehandlung
- > Weitere Anwendungsbereiche: Harte Knötchen der Schleimhäute (bitte ärztlich abklären lassen!) wie bei einer chronischen

### DER HART- UND WEICHMACHER

Kalziumfluorid kann Weiches hart und Hartes weich machen. Deshalb wird es sowohl bei hartem Gewebe (Hornhaut) als auch bei erschlafftem Gewebe (Besenreiser, Krampfadern) eingesetzt.

## Von den Beschwerden zu den Salzen

Bitte gehen Sie die folgende Checkliste sorgfältig durch und kreuzen Sie alle Beschwerden an, die bei Ihnen im Augenblick zutreffen oder die immer wieder auftreten. Ermitteln Sie dann zu jedem Salz die Summe der Kreuze. Auf Seite 53 finden Sie eine Tabelle, in die Sie bei jedem Salz die jeweilige Summe eintragen können. Bitte beachten Sie: Wichtig sind vor allem die Salze, die als Erste genannt sind. Die Salze in Klammern sind dagegen von nachrangiger Bedeutung; bewerten Sie diese nur zur Hälfte.

### Kopf und Hals

Symptom	Salz	trifft zu
Abwehrschwäche	Nr. 3, (Nr. 7, Nr. 11)	
Augenfältchen	Nr. 1, Nr. 11 Nr. 6,	
Augenweiß gelblich	(Nr. 10)	
Bindehautentzündung		
• akut	Nr. 3, Nr. 4	
• chronisch	Nr. 6	
• wenn die Augen trocken sind	Nr. 8	
• wenn das Sekret brennt	Nr. 8	
Erkältungskrankheiten, wenn Sie anfällig dafür sind	Nr. 3, (Nr. 4)	
Hals- und Rachenentzündung		
• chronisch	Nr. 6	
• wenn Sie anfällig dafür sind	Nr. 3, (Nr. 4)	
Katarrh mitgelb-grünlichem Sekret	Nr. 10	
Kehlkopfentzündung, chronisch	Nr. 1	
Kinn ist gerötet		
Kopfschmerzen	Nr. 10	
• allgemein		
• wenn Sie nach einer Kopfschmerzattacke körperlich geschwächt sind	Nr. 6	
• wenn die Schmerzen durch Anstrengung, Erregung oder Unruhe bedingt sind	Nr. 5	
Mandeln sind häufig entzündet	Nr. 7	
Migräne	Nr. 4, Nr. 9	
	Nr. 7	



Günther H. Heepen

Schüßler-Kuren Heilanwendungen mit  
den 12 Salzen

128 Seiten, kart.  
erschienen 2009



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