

# Biochemischer Verein Zürich Mineralstoff-Therapie nach Dr. med. W.H. Schüssler für Sport, Fitness + Bewegung

## Leseprobe

[Mineralstoff-Therapie nach Dr. med. W.H. Schüssler für Sport, Fitness + Bewegung](#)  
von [Biochemischer Verein Zürich](#)



<http://www.narayana-verlag.de/b7773>

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.



### 3.7 Nr. 7 Magnesium phosphoricum D6

Sämtliche ATP-Prozesse sind auf Magnesium phosphoricum angewiesen. Magnesium ist ein enzymatischer Co-Faktor, der beim Aufbereiten von ATP eine wesentliche Funktion hat. Hinzu kommt, dass Magnesium phosphoricum mitbestimmend ist für die Funktionabilität der Zellmembranen, was sowohl die intrazellulären wie auch die extrazellulären Ebenen miteinbezieht. Daraus resultiert, dass der Tonus der Muskeln, speziell der Ruhetonus, im physiologisch richtigen Spannungsverhältnis ist. Das geschieht durch die Regulierung der Übertragungsimpulse auf die Membranen. Magnesium phosphoricum als **multifunktionales Mineralsalz** sorgt auch für einen gesunden Elektrolytenhaushalt sowie für einen reibungslosen Ablauf der Ionenpumpe, die ihrerseits für den Polarisierungs- und den Depolarisierungsmechanismus zuständig ist. Dieser steht nämlich in Verbindung mit den Übertragungsimpulsen, die das Funktionieren der Muskeln (Zusammenziehen und Entspannen) bewirken.

Magnesium phosphoricum hat auch eine **Pufferwirkung**. Es hält den Säure-Base-Haushalt im **Gleichgewicht** und ist so mitverantwortlich für das physiologisch lebenswichtige **pH-Verhältnis**.

Aufgrund dieser vielseitigen Aufgaben wird die Wichtigkeit von Magnesium phosphoricum offensichtlich. Ein Mangel an diesem Mineralsalz kann die unterschiedlichsten Störungen und Disfunktionen auslösen.

Da Magnesium phosphoricum für den ATP-Prozess sowie das neuromuskuläre Übertragungsmoment unabdingbar ist, verwundert es nicht, dass es aus sportphysiologischer Sicht ganz oben auf der Liste steht. Ist eine genügende ATP-Aufbereitung nicht gewährleistet, kommt es unweigerlich zu **Stoffwechselstörungen**, die einen zu hohen Blutfettwert bewirken. Eine bekannte Erfahrung bei ATP-Defizit sind die Krämpfe in der quergestreiften Muskulatur. Aber auch die glatte Muskulatur wird in Mitleidenschaft gezogen. Im ersten Fall löst die Mangelercheinung Wadenkrämpfe aus, da diese zur quergestreiften und damit willkürlichen Muskulatur gehören. Im zweiten Fall

sind die Blutgefäße, der Magen und *dergleichen* betroffen. Liegen Herzrhythmusstörungen vor, kann die Ursache in der ungenügenden Versorgung mit Magnesium phosphoricum liegen. Dasselbe gilt bei vegetativer Dystonie.

Es sei hier nochmals darauf hingewiesen, dass sporttreibende Menschen darauf achten sollten, ihren Körper ausreichend mit Magnesium phosphoricum zu versorgen.

#### **Nr. 7 Magnesium phosphoricum D6**

##### **Dosierung:**

Abends am besten kurz vor dem zu Bett gehen und am Vorteilhaftesten als sogenannte Heisse 7, d.h. 10 Tabletten in 1/4 dl heissem Wasser auflösen und dann schluckweise trinken. Flüssigkeit vor dem Schlucken kurze Zeit im Mund behalten.

Oder als Energieschaukel: Nr. 2 Calcium phosphoricum, Nr. 5 Kalium phosphoricum und Nr. 7 Magnesium phosphoricum

##### **Dosierung:**

*Morgens* 10 Tabletten Nr. 2 Calcium phosphoricum D6 in 1/4 dl heissem Wasser auflösen und schluckweise trinken, wobei man die Flüssigkeit für einen kurzen Moment im Mund behält (Die Ionen können so über die Schleimhäute im Mund diffundieren).

*Mittags* 10 Tabletten Nr. 5 Kalium phosphoricum D6 in 1/4 dl heissem Wasser auflösen und schluckweise einnehmen.

*Abends* kurz vor dem zu Bett gehen 10 Tabletten Nr. 7 Magnesium phosphoricum D6 in 1/4 dl heissem Wasser auflösen und ebenfalls schluckweise trinken. *Variante:*

Es können auch 3x5 Tabletten täglich eingenommen werden. Tabletten langsam im Mund zergehen lassen.



Biochemischer Verein Zürich

[Mineralstoff-Therapie nach Dr. med. W.H. Schüssler für Sport, Fitness + Bewegung](#)

Kleines Kompendium der Biochemie

102 Seiten, kart.  
erschienen 2006



**bestellen**

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