

Mit Schüßler Salzen gesund durch Herbst und Winter



Thomas Feichtinger

Inhaltsverzeichnis

1	Rhythmus.....	4
2	Unterscheidung zwischen Bau- und Betriebsstoffen	5
3	Adler Ortho.....	5
4	Einnahme der Mineralstoffe nach Dr. Schüßler:.....	6
4.1	Dauer der Einnahme	6
4.2	Speicher und Betriebsstörungen.....	6
4.2.1	Immunsystem.....	7
4.3	Schwächung des Immunsystems:.....	7
4.3.1	Betriebsstörungen.....	7
4.4	Reaktionen:.....	7
5	Speicher aufbauen.....	7
6	Zubereitung der Schüßler Salze	8
6.1	Notwendige Kombinationen beachten:	8
7	Äußere Anwendung	8
8	Der Rhythmus des Jahres	8
9	Qualität der Produkte	9
10	Dosierung betreffend die angegebenen „Stufen“ im Manuskript:.....	9
11	Mit welchen Belastungen aus dem Sommer gehen wir in den Herbst?	9
12	Im Herbst stellen sich immer wieder gesundheitliche Fragen:	10
12.1	Sind Sie auch manchmal müde vom Wandern?.....	10
12.2	Durst:.....	10
12.2.1	Speichelverlust	10
12.2.2	Sobrennen.....	10
12.3	Sodbrennen:	10
12.3.1	Problematik: Basenpulver	11
12.4	Blasen- und Nierenentzündung, Gastritis	11
12.5	Schleimhautaufbau:.....	11
12.5.1	Schlundbrennen	11
12.5.2	Blasen- und Nierenentzündung, Gastritis	11
12.6	Tränend rinnende oder trockene Augen:	11
12.7	Plagt Sie manchmal ein Muskelkater dem Sie lieber vorbeugen möchten?	12
12.8	Unwillkürliche Muskulatur – Koliken.....	12
12.9	Leistungsfähigkeit der Muskeln	12
12.10	„Heiße 7“:	12
12.11	Energie.....	13
12.11.1	Platzangst.....	13
12.11.2	Erschöpfung.....	13
12.11.3	Angegriffene Nerven	13
12.12	Mundgeruch:	14
12.13	Ständiges Hungergefühl:.....	14
12.14	Stressschutzstoff.....	14
12.15	Lufthunger, Claustrophobie.....	15
12.16	Übelkeit durch Anstrengung:.....	15
12.17	Gibt es auch etwas Wirksames für die Blasen an den Fersen?.....	15
12.18	Sehr schneller Schweißausbruch	16
12.19	Fuß –, Achsel- oder Handschweiß.....	16
12.20	Kalte Hände und Füße:.....	16
12.21	Nasenbluten:	16
12.22	Aufbau der Widerstandskraft	16
12.23	Wie kann ich denn mein Kind schützen? Es fängt alles auf!.....	16
12.24	Halsweh – Heiserkeit, Ohrenschmerzen.....	17
12.24.1	Mittelohrentzündung, Angina	17
12.25	Lernmischung:.....	17
12.26	Wenn das Kind nicht gut isst:.....	17
12.26.1	Es mag nur Ketchup und Chips.....	17
12.27	Erfrischungscocktail.....	18
12.28	Haben Sie auch etwas für Kinder mit Entwicklungsproblemen?	18
12.29	Reizhusten	19
12.30	Bronchitis der Kinder.....	19
12.30.1	Husten	19
12.30.2	bellender Husten (vor allem bei Kindern):.....	19
12.30.3	Pseudokrupp – Arzt!	19
12.30.4	Fliessschnupfen (wässrig), Nebenhöhlenprobleme.....	19
12.31	Der Nebel im Herbst - ein Alptraum für Asthmakranke.....	20
13	Weitere Themen für den Herbst sind die	20

13.1	Krampfadern - Hämorrhoiden	20
13.1.1	Zäpfchen	20
13.2	Aftereinrisse – Rhagaden	20
13.3	Niedergeschlagenheit/Bedrücktheit _ Nebelphasen _ Farbebene.....	21
13.4	Ischiasschmerzen - Hexenschuss.....	21
13.5	Bindegewebe	21
13.6	Verdichtetes Gewebe:	22
13.7	Kompaktiertes Bindegewebe:.....	22
13.8	Muskelrheuma, Gelenksrheuma – Gicht	22
13.9	Knorpel:.....	23
13.10	Unruhiger Schlaf.....	23
14	Herzschlag	24
15	Im Winter.....	24
15.1	„Glühohren“	24
15.2	Am Backblech verbrannt! – Brei zeigen	24
15.3	Feiertage - zu viel gegessen - Völlegefühl.....	25
15.3.1	Feiertage auskurieren - Der Magenbitter hat Hochsaison!.....	25
15.3.2	Verdauungsprobleme	25
15.3.3	Gastritis.....	25
15.3.4	Blähungen	26
15.3.5	Verstopfung	26
15.3.6	Schüßler Salze bei Verstopfung.....	26
15.4	Durchfall:.....	27
15.5	Einlauf	27
15.6	Der „Kater“ nach durchzechter Nacht.....	28
15.6.1	Kopfschmerzen.....	28
15.6.2	„Schützenfestmischung“,.....	28
15.7	Was macht der Organismus mit Schadstoffen, die er nicht ausscheiden kann?	28
15.8	Der verdammte Hunger auf Süßigkeiten bzw. Mehlspeisen.....	28
15.9	Wenn die Kälte so besonders zusetzt - Spannung.....	29
15.9.1	Muskelkrämpfe	29
15.9.2	Taubheitskribbeln.....	30
15.10	Sehnenzerrung.....	30
15.11	Erkältungskrankheiten - Temperaturregulation.....	30
15.12	Fließschnupfen (wässrig), Nebenhöhlenprobleme	31
15.12.1	Nasennebenhöhlen	31
15.13	Niederes Fieber, Fieber der Kinder.....	31
15.14	Hohes Fieber - Arzt!	32
15.15	Entzündungen – Wehret den Anfängen	32
15.15.1	Halsschmerzen, Halsweh, Heiserkeit	32
15.15.2	Ohrenscherzen.....	32
15.15.3	Mittelohrentzündung.....	32
15.15.4	Angina.....	32
15.15.5	Probleme beim Druckausgleich, Druck im Ohr	32
15.15.6	Weißer Zungenbelag.....	33
15.16	Grippaler Infekt	33
15.16.1	Bettruhe ist manchmal notwendig	34
15.17	Rissige Haut auf Händen und Füßen, rissige Lippen.....	34
15.17.1	Rissige oder trockene Lippen, eingerissene Mundecken, Neigung zu Herpes	35
15.17.2	Die raue Haut haben wir im Winter!.....	35
15.17.3	Brüchige Fingernägel	35
15.17.4	Askinel Adler Pharma – Hautschutz und Hautpflege	35
15.17.5	Schrunden	36
15.18	Erfrierungen (Frostbeulen)	36
15.19	Beinbruch	36
15.20	Bronchitis.....	36
15.21	Schiurlaub	37
15.22	After Sport Recovery Lotion.....	37
15.23	Gel.Creme Regidol	38
15.24	Schutz vor der Sonne im Februar.....	38
15.24.1	Pre und After Sun mit Aloe Vera und OM24	39
15.25	Sonnenschutz beim Wintersport	39

1 Rhythmus

Mit den Mineralstoffen nach Dr. Schüßler lassen sich viele kleinere Wehwehchen, aber auch chronische Beschwerden günstig beeinflussen. Diese unterliegen sehr oft einem jahreszeitlichen Rhythmus, dem wir ein wenig nachgehen wollen.

Bedeutung der Chronobiologie

Rhythmus: Biorhythmus, Zyklus der Frau, astrologische Rhythmen, Anspannung - Entspannung

Rhythmus im Jahr! Es gibt typische Beispiele, Themen während der Jahreszeiten – hier ein paar Beispiele

Frühjahr:

die Energie springt wieder an – das fordert unter Umständen sehr,
die Schlacken des Winters schreien, Fastenzeit!?!
grün tut den Herzkranken gut

Sommer:

Nahrung, Sonne, Farbe (feinstoffliche Vitamine), Licht
Ausscheidung des Körpers ausgezeichnet, Säureabbau hervorragend

Herbst:

Umstellung in der Nahrung,
Umstellung in der Kleidung – Wärmeregulierung, Heizungsluft
Ernte - Vorbereitung auf den Winter,
Nachlassen der Energie – Menschen mit einem schlechten Energiefeld geht es nicht gut (Nebel),
die Farben verlieren sich – ardebene

Winter:

Nahrung und Kälte – Verbrennung – Wärmeproduktion - Schlacke,
Säureabbau nicht möglich,
Kälteschutzcreme, Wintersport

Der Rhythmus in der Nahrung ist verloren gegangen: Einheitsbrei ohne Qualität

Nahrung: Die Nahrung sollte dem Jahresablauf mit seinen abwechselnden Bedingungen angepasst sein. Im Sommer müsste dann die Versorgung anders ausschauen als im Winter, wo der Körper auf mehr Brennmaterial für den Wärmegewinn angewiesen ist. Außerdem gibt es im Brauchtum genügend Hinweise auf die Ernährungsgewohnheiten während der einzelnen Jahreszeiten. Und da sind das „Martini-Gansl“ und die Bratäpfel nicht der einzige Hinweis.

Auch können Früchte in der warmen Jahreszeit oder in einem warmen Klima wesentlich besser vertragen werden. Das kommt daher, weil bei höheren Temperaturen die Fruchtsäuren wesentlich besser neutralisiert werden können als bei niederen.

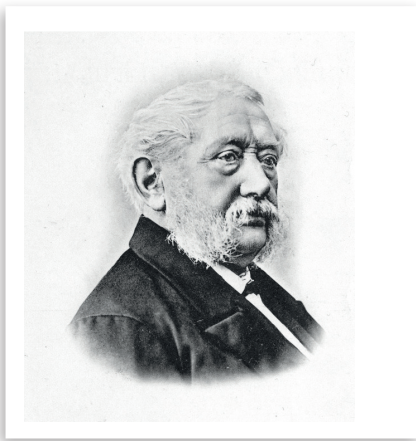
Gibt es eine Spezialität für eine bestimmte Jahreszeit, wie die Faschingskrapfen oder Sauerkrautgerichte im Winter, werden sie bald das ganze Jahr angeboten. So wird ein Jahreseintopf gegessen, alles gibt es immer, jahraus, jahrein, und der Rhythmus verliert sich in einem Jahresallerlei ohne Spannung und jeglichen Höhepunkt.

Rhythmus in der Kleidung

Den Rhythmus haben die Menschen aber nicht nur in der Nahrung verloren. Auch in der Kleidung. So kleiden sich viel Menschen, vor allem die Jugend, das ganze Jahr gleich, obwohl im Winter die Temperaturen tiefer liegen. In der Kleidung sollte auch darauf geachtet werden, dass wenig Kunststoffe verarbeitet sind, damit keine unnötigen Belastungen entstehen. Auch die Schuhe haben eine große Bedeutung. Gut atmende, natürliche Produkte lassen den Organismus den Kontakt zur Erde nicht verlieren, außerdem wird dadurch eine reibungslose Ausscheidung garantiert, wodurch es zu keinen Rückständen kommt.

Im Winter wird normalerweise mehr Kleidung getragen, was ebenfalls die Ausscheidung über die Haut reduziert. Deshalb wäre es von großer Bedeutung die Weisheit der Religionen zu beachten, die am Anfang und am Ende des Winters Fastenzeiten angesetzt haben. Auch der Advent galt ursprünglich als Fastenzeit. Durch die Verringerung der Nahrungsmittelzufuhr würde auch die Zufuhr von Belastungsstoffen reduziert, wodurch der Organismus leichter über den Winter käme, weil er für ihn eine Zeit der Belastung darstellt. Wegen der ungenügenden Entgiftung kommt es nach dieser Zeit viel häufiger zu Entschlackungs- bzw. Reinigungskrankheiten wie zum Beispiel dem Schnupfen oder dem grippalen Infekt als in den übrigen Jahreszeiten. Wenn der Jahresrhythmus nicht wahrgenommen wird, isst der Mensch im Winter belastend, was ihm nicht gut tut.

2 Unterscheidung zwischen Bau- und Betriebsstoffen



„Die oben genannten Stoffe sind die Baumaterialien und die Funktionsmittel der Gewebe, Baumaterial sind sie durch ihre Masse, Funktionsmittel durch ihre Qualität. Wendet man sie zu Heilzwecken als Funktionsmittel an, so müssen sie in kleinen Gaben gereicht werden.“

Wir können für das Wort Funktionsmittel auch Steuerungsstoffe, Regulierungsstoffe und Werkzeuge einsetzen!

Eisen: Nr. 3 Ferrum phosphoricum

Kieselerde: Nr. 11 Silicea

Lecithin: Nr. 5 Kalium phosphoricum

Keratin: Nr. 1 Calcium fluoratum Hornstoff

Schleimhaut: Nr. 8 Natrium chloratum - Schlundbrennen

Säure: Nr. 9 Natrium phosphoricum – Sodbrennen

3 Adler Ortho

– eine neue Produktlinie – entsprechend den Wirkungsbereichen der Mineralstoffe nach Dr. Schüßler

Schüßler Salze können auch zu wenig sein

Für den Bereich der „Baustoffe“ hat die Adler Pharma ein völlig neues Nährstoffkonzept entwickelt. Es wurden zum Wirkungsbereich aller Schüßlerschen Basismittel entsprechende Nährstoffkombinationen zusammengestellt, die **Adler Ortho Aktiv** Serie. Also nicht nach entsprechenden Indikationen, sondern im Hinblick auf die ganzkörperliche Wirkung der Schüßler Salze. Dies ganz im Sinne Dr. Schüßlers und seiner Formulierung von Funktionsmitteln und Baustoffen.

Beispiele:

Nr. 3 Ferrum phosphoricum + Eisen Immun Adler Ortho 3

oder

Zell Immuferin + Eisen Immun Adler Ortho 3

Zell Juvebene + Calcium Plus Adler Ortho 2



4 Einnahme der Mineralstoffe nach Dr. Schüßler:

Die Mineralstoffe werden aus den Dosen herausgezählt, in einer Schale gemischt und dann über den Tag verteilt eingenommen.

Am besten werden die Mineralstoffe einzeln im Mund gelutscht, beziehungsweise lässt man sie im Mund zergehen. Es können auch mehrere auf einmal in den Mund genommen werden, was die Wirkung jedoch ein wenig verringert.

Je dringender der Körper die Mineralstoffe benötigt, umso schneller zergehen sie, oder umso süßer schmecken sie. Es kann auch beides zugleich auftreten. Wenn jedoch die einzelnen Mineralstoffe verglichen werden, müssen sie vom gleichen Hersteller sein.

Die Mineralstoffe können auch im Wasser aufgelöst werden; dieses ist schluckweise zu trinken, wobei jeder Schluck möglichst lang im Mund behalten werden muss (zähle bis 10). Es werden die Wirkstoffe über die Mund- und Rachenschleimhäute in den Körper aufgenommen. Gelangen sie in den Magen, werden sie durch die Säure verändert.

Achtung: je wärmer das Wasser ist, umso mehr Milchzucker löst sich

4.1 Dauer der Einnahme

Die Beschwerden bzw. Betriebsstörungen sind durch Mängel verursacht. Die Mängel in den Speichern waren schon so groß, dass der Organismus seinen Betrieb nicht mehr ausreichend organisieren konnte. Nach dem Abklingen der belastenden Störungen sind die Speicher noch keineswegs aufgefüllt. Bei der geringsten Belastung treten die Störungen wieder auf.

Nach dem Abklingen der Beschwerden werden die Mineralstoffe zum Aufbau der Speicher noch einige Zeit weiter darüber hinaus eingenommen. Damit wird eine so genannte Robustheit, Widerstandskraft, Vitalität oder ein starkes Immunfeld im gesundheitlichen Geschehen des menschlichen Organismus erreicht.

Beispiel Verköhlung: je nach angegriffener Gesundheit 3-4-5-6 Wochen
niederes Fieber: Transportqualität des Blutes – Mangel an Nr. 3 Ferrum phosphoricum
glasklarer Rotz aus der Nase (Schnupfen): Mangel an Nr. 8 Natrium chloratum
weißlicher Schleim aus den Bronchien (Husten): Mangel an Nr. 4 Kalium chloratum

Der Mangel bestimmt die Dosis!

Der Rhythmus des Jahres hat auch auf die Einnahme der Mineralstoffe nach Dr. Schüßler Einfluss:

- im Sommer wenig, man wird schlampig, nicht so konsequent
- im Herbst beginnen Umstellungsprobleme (Kleidung, barfuß gehen oder nicht, ...), Verköhlungen, die Einnahme beginnt verstärkt – Betriebsstörungen werden vorgebeugt.
- Im Winter gibt es erhöhte Anforderungen, deshalb ist eine erhöhte Einnahme wichtig
- Im Frühling ist die Reinigung bzw. Entschlackung des Körpers bedeutungsvoll.

4.2 Speicher und Betriebsstörungen

Es gibt einen ganz natürlichen Zugang zum Immunsystem. Nämlich, wenn die Speicher unserer Mineralstoffe abgesenkt werden. Je weniger Betriebsstoffe zur Verfügung stehen, umso weniger kann sich der Organismus optimal organisieren. Das betrifft natürlich auch alle Bereiche des Immunsystems.

Wenn die Speicher für die Betriebsstoffe, in unserem Verständnis die Mineralstoffe nach Dr. Schüßler, abgebaut werden, das heißt, wenn wir über unsere körperlichen Verhältnisse leben, dann bauen wir ab. Defizite entstehen, wie das auf der Graphik dargestellt wird:

Am **Beginn**, wenn Speicher abgebaut werden, stellt sich ein Mattigkeits- bzw. Müdigkeitsgefühl ein, das sich nicht abschütteln lässt. Man ist nicht mehr so frisch, wach, die Reaktionen sind irgendwie gebremst. Die Menschen stemmen sich dagegen und verbrauchen noch mehr von den wertvollen Betriebsstoffen, oft auch mit aufputschenden Mitteln, wie Kaffee oä.

In weiterer Folge wird festgestellt, dass man **nicht mehr alle Nahrungsmittel verträgt**: wenn man etwas isst, bekommt man Durchfall, wenn man etwas Bestimmtes trinkt wird man rot im Gesicht oder bekommt Juckreiz, wenn man Nüsse isst, bekommt man eine taube Zunge und man beginnt auszuweichen. Dann wird formuliert: „Beim Essen vermag ich s'Zehnte nimmer“.

Beweglichkeit: man wird immer unbeweglicher. „Der Boden ist auf einmal so weit weg, wenn man etwas aufklauben will!“

Leistungsfähigkeit: Man wundert sich über eine verringerte Ausdauer und führt das auf „die Kinder, den Haushalt, den Beruf, den Partner, das Alter, usw. und beachtet nicht den tatsächlichen Hintergrund.“

4.2.1 Immunsystem

Wenn dann der Abbau der Speicher weiter voranschreitet, kommt es zu einer Schwächung des Immunsystems und die Menschen formulieren: „Immer wieder!“

„Es braucht nur jemand in meiner Nähe nießen, habe ich auch schon einen Schnupfen. Ich bin immer wieder krank, habe eine leichte Verkühlung und weiß nicht, was ich tun soll.“ Oder die Mutter sagt: „Es braucht nur ein Kind im Kindergarten krank sein, ist meines auch krank!“

4.3 Schwächung des Immunsystems:

An jenen Stellen des Körpers, an denen es zu einem Säureüberschuss kommt, wo er physiologisch nicht hingehört, werden Mineralstoffe zur Neutralisierung verbraucht. Sie werden auch aus den Zellen entnommen, wodurch die energetische Ladung im betroffenen Gewebe abnimmt. Beim Abbau der Mineralstoffe geht der Organismus mit großer Weisheit vor. Die Mineralstoffe werden immer nur jenem Gewebe entnommen, das nicht unbedingt zum Leben notwendig ist, und für jene Teile des Körpers eingesetzt, welche für die Erhaltung des Lebens vorrangig sind.

Das Milieu kippt, wenn kein Nachschub von Mineralstoffen erfolgt, mit der Zeit vom basischen, gesunden Bereich in den sauren, ungesunden. Im ungesunden sauren Milieu, wo üblicherweise ein basischer Wert vonnöten ist, ist das Wachstum von Bakterien, Viren und Pilzen begünstigt. Die Säure hängt sich an die Lymphozyten und belastet zusätzlich die Lymphknoten, was insgesamt eine schwere Belastung des Immunfeldes bedeutet.

Ist der ganze Körper in seinen normalerweise basischen Bereichen durch Säure belastet, dann ist er insgesamt dem Ansturm von Krankheitserregern ausgesetzt, dem er sich kaum erwehren kann. Vor allem bei Verletzungen oder anderen gesundheitlichen Belastungen ist es ihm schwer möglich, die Heilung voranzutreiben, da sich an diesen Schwachstellen vermehrt Krankheitserreger ansiedeln.

Zell Immunferin + Eisen Immun3 Adler Ortho Aktiv



4.3.1 Betriebsstörungen

Das ist eine Richtung im Abbau von Speichern. Es gibt noch eine andere Richtung: die Betriebsstörungen.

Der Organismus des Menschen stellt sich nach seiner innewohnenden Weisheit auf die vorhandenen Speicher ein. **Je weniger Vorräte vorhanden sind**, umso mehr wird der Betrieb eingeschränkt: Wir sprechen dann von sogenannten **Betriebsstörungen: z. B. Hornhaut, fette Haut, rissige Lippen, Hautgrieß, Lufthunger, Pigmentflecken, Falten, welke Haut** Werden die Speicher wieder aufgefüllt, wird der Betrieb des Körpers wieder hoch geschaltet und alles geht wieder wie „geschmiert“.

4.4 Reaktionen:

- I Betriebsspeicher werden gereinigt: Wohlgefühl
- II Depots werden abgebaut: es geht ans Eingemachte: Gefühl, als ob die Krankheit wieder käme
- Regenerationsschmerzen: Gelenke, Muskeln, Sehnen, Bänder, Knochen, Kiefer, Zähne,
- Vorübergehende Störungen: Sodbrennen, geschwollene Hände – Füße, Juckreiz, Kopfschmerzen, Verkühlung, Schnupfen, Husten, erhöhte Temperatur

5 Speicher aufbauen

Vitalität, Spannkraft, Robustheit

Noch einmal:

Unterscheidung zur Homöopathie

Reizheilweise – Substitutionsheilweise

Auffüllung der Speicher, Krankheitsvorsorge – Gesundheitspflege

6 Zubereitung der Schüßler Salze

„In meiner Praxis wende ich durchschnittlich die 6. Dezimalverreibung an. Ferrum phosphoricum, Silicea und Fluorcalcium verabreiche ich in der 12. Verreibung. In akuten Fällen nehme man stündlich oder zweistündlich, in chronischen drei bis viermal täglich ein erbsengroßes Quantum von der Verreibung, entweder trocken oder in einem Theelöffel voll Wasser gelöst.“²

Als gelernter Homöopath hat er viele Beobachtungen machen können, wie seine Patienten die einzelnen Stoffe aufnehmen. So fand er mit der Zeit die Verdünnungen heraus, die notwendig sind, damit die Stoffe in die Zelle hinein gelangen.

Basismittel: Nr.1 Calcium fluoratum, Nr. 3 Ferrum phosphoricum, Nr.11 Silicea in D12, alle anderen in D6, **Alle Erweiterungsmittel** bei Adler Pharma bis zur Nr. 33 in D12.

Grundsätzlich: Beratung durch die Fachfrau/den Fachmann ist gefragt. In der Apotheke – Qualität ist gefragt, es ist wichtig, gut aufgehoben zu sein!

„Nutzt's nix, so schad's nix“ dieser häufig gebrauchte Satz stimmt bei Schüßler nicht!

6.1 Notwendige Kombinationen beachten:

- Nr. 6 Kalium sulfuricum fördert die Reinigung der Zellen (Lysosome), das braucht den Abtransport und die Ausscheidung aus der Zelle, was mit Nr. 10 Natrium sulfuricum geschieht.
- Nr. 11 Silicea löst im Körper gebundene Säure, was schon Dr. Schüßler in seinen Schriften darlegt. Um die freiwerdende Säure zu regulieren braucht der Organismus Nr. 9 Natrium phosphoricum.
- Nr. 12 Calcium sulfuricum macht Wege frei, macht kompaktiertes Gewebe auf, wodurch gebundene Säure frei wird, was Nr. 9 Natrium phosphoricum braucht. Außerdem kommen Schadstoffe in Bewegung, was die „Müllabfuhr“ fordert, Nr. 10 Natrium sulfuricum

7 Äußere Anwendung

Tipp: Topics werden unmittelbar nacheinander aufgetragen und mehr oder weniger intensiv, je nach anstehendem Thema, einmassiert, bis das Gewebe mit den Mineralstoffen gesättigt ist. Das wird so oft in zeitlichen Abständen wiederholt, wie es notwendig erscheint.

Die Wiederholung führt zum Ziel, das sollte unbedingt beachtet werden und gilt für jede Intervention mit Schüßler Salzen: sei es die Einnahme von Schüßler Salzen, von mehreren „heißen7“ hintereinander, das Auftragen eines Breis, oder das Auftragen einer Creme mit hoch verdünnten Mineralstoffen.

Der Mangel bestimmt die Dosis und nicht das Alter

8 Der Rhythmus des Jahres

hat auch auf die Einnahme der Mineralstoffe nach Dr. Schüßler Einfluss:

- im Sommer wenig, man wird schlampig, nicht so konsequent
- im Herbst beginnen Umstellungsprobleme (Kleidung, barfuss gehen oder nicht, ...) , Verkühlungen, die Einnahme beginnt verstärkt – Betriebsstörungen wird vorgebeugt.
- Im Winter gibt es erhöhte Anforderungen, deshalb ist eine erhöhte Einnahme wichtig
- Im Frühling ist die Reinigung bzw. Entschlackung des Körpers bedeutungsvoll.

² Schüßler, Abgekürzte Heilweise, 31. Auflage, 1904, Seite 12

9 Qualität der Produkte

Dosen

Mineralstoffe:

- kein Magnesiumstearat
- keine Weizenstärke
- keine Mikroplastik

10 Dosierung betreffend die angegebenen „Stufen“ im Manuskript:

Wenn nicht anders angegeben, dann werden für den Hauptmineralstoff (1. Stufe) 10 Tabletten/Tag empfohlen, für alle Mineralstoffe, die in der 2. Stufe dazukommen, werden 7 Tabletten/Tag und für alle Mineralstoffe, die in der 3. und 4. Stufe dazukommen 5 Tabletten/Tag empfohlen.

Beispiel: Schlafmischung, Einschlaf- und Durchschlafstörungen, zu schneller Pulsschlag

Einnahme: 1. Stufe: Nr. 2+7

2. Stufe: Nr. 2+7+14

3. Stufe: Nr. 2+7+14+21+25

1. Stufe: Nr. 2+7 = 10+10 = 20

2. Stufe: Nr. 2+7+14 = 10+10+7 = 27

3. Stufe: Nr. 2+7+14+21+25 = 10+10+7+5+5 = 37

Wie lange? Nach dem Abklingen der Beschwerden noch längere Zeit darüber hinaus – je nach Beschwerde und Belastung der Gesundheit.

11 Mit welchen Belastungen aus dem Sommer gehen wir in den Herbst?

Eventuell Mangel an

Nr. 1 Calcium fluoratum: Elastizitätsleistung

Nr. 3 Ferrum phosphoricum: wenig schlaf, große Hitze

Nr. 5 Kalium phosphoricum: starker Energieverbrauch

Nr. 8 Natrium chloratum: Wärmeregulierung

Nr. 9 Natrium phosphoricum: Säurestau

Nr. 10 Natrium sulfuricum: Schadstoffstau, Stuhlverstopfung



12 Im Herbst stellen sich immer wieder gesundheitliche Fragen:

12.1 Sind Sie auch manchmal müde vom Wandern?

Nr. 3 Ferrum phosphoricum: Stoffwechselleistung, Stoffwechselanforderung

Wenn im Herbst die Zeit der Wanderungen kommt, dann wird der Körper oft vor Probleme in seiner Ausdauer gestellt. Es werden unter Umständen die Kräfte überschätzt und zu anstrengende Wanderungen angesetzt, die mehr verlangen, als man zu geben imstande ist. Die Folge ist eine Müdigkeit, die sich vielleicht sogar einige Tage nicht abschütteln lässt.

Wer dieser Erschöpfung vorbeugen möchte, der kann dies durch die Einnahme von Nr. 3 Ferrum phosphoricum verhindern - aerob. Dabei sollten schon einige Tage vor der ausgedehnten Wanderung wenigstens 10 Tabletten/Tag eingenommen werden und am Tag der Wanderung selbst so viel man möchte.

Säureabbau – anaerob Lactat: Nr. 9 Natrium phosphoricum

12.2 Durst

Bei vielen Menschen tritt in letzter Zeit immer mehr das Phänomen auf, dass sie keinen Durst haben. Das kommt daher, dass meist konzentrierte Flüssigkeiten getrunken werden, die der Organismus zuerst verdünnen müsste, um sie verarbeiten zu können. Da ihm so viel Flüssigkeit nicht zur Verfügung steht, muss er die in der Flüssigkeit enthaltenen Stoffe ablagern und die Deponien füllen sich. Das betrifft auch Tees, die meistens viel zu stark zubereitet werden, weshalb man sie richtigerweise nur einige Wochen hindurch trinken darf. Wenn dann längere Zeit nur mehr Leitungswasser getrunken wird und dazu der Betriebsstoff für die Flüssigkeit Nr. 8 Natrium chloratum dazu eingenommen wird, stellt sich langsam wieder ein natürliches Durstgefühl ein.

Es gibt ein untrügliches Zeichen, dass der Organismus das Nr. 8 Natrium chloratum zur Flüssigkeitsregulierung benötigt. Wenn sich nach dem Trinken eines Glases Wasser ein Gluckern im Bauch einstellt, ist das ein Zeichen dafür, dass dem Organismus die Werkzeuge fehlen, die er zur Regulierung des getrunkenen Wassers benötigt hätte. Werden dann 7 bis 10 Tabletten von Nr. 8 Natrium chloratum in kurzen Abständen eingenommen, verliert sich dieses Gluckern rasch.

Bei älteren Menschen kann es gravierende Folgen haben, wenn sie längere Zeit zu wenig trinken, da zu wenig Liquorflüssigkeit gebildet wird, die Rückenmark und Gehirn mit Nährstoffen versorgt. Das Gehirn trocknet bei einem Mangel an Flüssigkeit regelrecht aus, Gedächtnisverlust stellt sich ein. Deshalb ist es so wichtig, dass gerade ältere Menschen ausreichend Wasser trinken. Aber nicht selten hört man die Antwort: "Ich bekomme es einfach nicht hinunter!" Ja, ein Senior hat mir in einem Vortrag vor einer Seniorengruppe geantwortet: „Ich muss das Wasser regelrecht kauen!“

Da kann allerdings Abhilfe geschaffen werden! Es werden in ein Glas Wasser 1 bis 2 Tabletten Nr. 8 Natrium chloratum gegeben und umgerührt. Wenn dieses Wasser getrunken wird stellen die Menschen erstaunt fest, dass sie nicht mehr nach wenigen Schlucken stocken, sondern das Glas zügig leeren können. Der Betriebsstoff für das Wasser wurde mitgeliefert.

viel oder wenig Durst: Einnahme: Nr. 8

Bei wenig Durst oder Abneigung gegen das Wassertrinken 1 bis 3 Tabletten in jedes Glas Wasser geben.

12.2.1 Speichelverlust

Beim Speichelverlust liegt dieselbe Ursache zugrunde wie bei den trockenen Augen und die Dosierung des Nr. 8 Natrium chloratum ist ebenfalls dieselbe.

12.3 Sodbrennen

Obwohl der Magen ein saures Milieu braucht, kann es trotzdem vorkommen, dass sich zu viel Säure im Magen aufbaut, Sodbrennen ist die Folge. Es brennt aber in diesem Fall nur unten, denn das Heraufbrennen, das ein Defizit an Nr. 8 Natrium chloratum anzeigt, bezeichnen wir in der Biochemie nach Dr. Schüßler als Schlundbrennen. Ein Zeichen für zu viel Säure im Magen ist außerdem saures Aufstoßen. Diesem wird häufig mit Basenpulvern begegnet, was allerdings, wenn dies auf längere Zeit geschieht, mit Vorsicht zu geschehen hat.

Sodbrennen und saures Aufstoßen

Einnahme: Nr. 9

Adler Ortho Aktiv Nr. 9



12.3.1 Problematik: Basenpulver

Belastung der Bauchspeicheldrüse, CCK Hormon: Steuerung der Galle und des Bauchspeichels > Fetthaus-
halt leidet, pH Wert steigt > Irritation der Gastrinausschüttung > weniger Mucinausschüttung > Gastritis,
Sekretinausscheidung problematisch
Problematik der Protonenhemmer!

12.4 Blasen- und Nierenentzündung, Gastritis

(Durch die übermäßige Belastung der Schleimhaut des Magens kann es sehr leicht zu einer Entzündung,
einer Gastritis kommen, die durch die Einnahme von Nr. 3 Ferrum phosphoricum jede Stunde, Nr. 8 Natri-
um chloratum und Nr. 9 Natrium phosphoricum jede Viertelstunde erfolgreich beeinflusst werden kann.)
Kolikartige Schmerzen im Verdauungsbereich verlangen meistens nach der heißen Sieben.

Einnahme:

Nr. 3 Ferrum phosphoricum – Entzündung der Schleimhaut, Nr. 8 Natrium chloratum – Stärkung der
Schleimhaut, Nr. 9 Natrium phosphoricum – Regulierung des Säure Basenhaushaltes

12.5 Schleimhautaufbau

Mit Hilfe von Nr. 8 Natrium chloratum werden alle Schleimhäute im Körper aufgebaut. Immer wenn
es da zu Problemen kommt, wie z. B. den trockenen Schleimhäuten in der Nase, ist dieser Betriebs-
stoff das Mittel der Wahl. Das ist auch der Fall, wenn die Schleimhaut des Magens durch zu wenig
Schleimbildung gelitten hat, weil die Magensäure sie gereizt hat und eine Gastritis die Folge war.
Allerdings benötigt der Körper für die Beruhigung der Entzündung Nr. 3 Ferrum phosphoricum, für
die Regulierung der Säure Nr. 9 Natrium phosphoricum und schließlich für einen guten Aufbau der
Schleimhaut Nr. 8 Natrium chloratum. Die gleichen Mineralstoffe sind auch bei einer Blasen- und/
oder Nierenentzündung erforderlich.

Wenn die Schleimhäute vor allem im Bereich des Magens und der Speiseröhre nicht ausreichend gebildet
werden können, weil der Betriebsstoff nicht vorhanden ist, dann ist ein Brennen die Speiseröhre herauf
die Folge, das wir in der Biochemie nach Dr. Schüßler als „Schlundbrennen“ bezeichnen. Es ist grundsät-
zlich vom Sodbrennen zu unterscheiden. Sodbrennen braucht Nr. 9 Natrium phosphoricum, Schlundbren-
nen Nr. 8 Natrium chloratum.

Geruchs- und Geschmacksverlust stellen sich ein, wenn der Bedarf an Nr. 8 Natrium chloratum immer
größer wird und auch die Schleimhäute im Nasen- Rachenbereich nicht mehr gut ausgebildet werden
können. Durch eine gute regenerierende Kombination kann der Prozess umgekehrt werden und Geruchs-
und Geschmacksinn stellen sich wieder ein. (Nr. 3 Ferrum phosphoricum + Nr. 5 Kalium phosphoricum +
Nr. 8 Natrium chloratum)

12.5.1 Schlundbrennen

(Brennen die Speiseröhre herauf), vor allem bei schwangeren Frauen!

Einnahme: Nr. 8 in reichlicher Dosierung bis zum Abklingen

12.6 Tränend rinnende oder trockene Augen:

Bei einem überaus großen Mangel an Nr. 8 Natrium chloratum kommt es zum seltsamen Phänomen, dass
die Augen zu Beginn des Mangelaufbaues bei jedem Luftzug stark rinnen. Später, wenn der Mangel wei-
ter fortgeschritten ist, kann der Organismus keine Tränenflüssigkeit mehr bilden, es reibt in den Augen
wie Sand. Die Augen entzünden sich in Folge und werden rot. Für die leicht entzündeten geröteten Au-
gen ist Nr. 3 Ferrum phosphoricum (jede Stunde 1 Tablette) anzuwenden und für die Bildung der Tränen-
flüssigkeit Nr. 8 Natrium chloratum (am Anfang alle paar Minuten 1 Tablette, später jede Viertelstunde und
längere Zeit dann jede halbe Stunde 1 Tablette)

tränende Augen, trockene Augen, juckende Augen

Einnahme: Nr. 3+8+10+11

Lidkompressen mit den angegebenen Mineralstoffen

Einnahmeempfehlung für trockene Augen

Nr. 3 Ferrum phosphoricum + Nr. 8 Natrium chloratum Einnahme + Lidkompressen

12.7 Plagt Sie manchmal ein Muskelkater dem Sie lieber vorbeugen möchten?

Wurde die Vorsorge für die Wanderung oder ganz allgemein für eine Anstrengung der Muskeln unterlassen, stellt sich meistens ein Muskelkater ein. Man kann sich fast nicht mehr rühren. Die vollbrachte Leistung steckt noch im ganzen Körper.

Die Einnahme von 20-30 Tabletten Nr. 6 Kalium sulfuricum befreit die Muskeln nicht nur von den Schlacken, die während der anstrengenden Tätigkeit nicht abgebaut werden konnten, sondern bringt auch den Sauerstoffhaushalt in den Zellen wieder in Ordnung, sodass der Muskelkater überraschend schnell vergeht.

(Achtung auf die eventuelle Notwendigkeit von Natrium sulfuricum Nr. 10)

Vorbeugung: Nr. 3

-> Muskelkater vorhanden: Nr. 6

- Es hat sich bewährt, das Phänomen Muskelkater genauer zu betrachten:
- Schwere in den Beinen (Schadstoffflüssigkeit in den Unterschenkeln):
Einnahme: Nr. 3+6+10
- Schmerzen im ganzen Körper (verletzte Muskelfasern):
Einnahme: Nr. 1+3+6+10+11+(9 wegen 11)

Schwere im ganzen Körper (Überflutung mit freien Radikalen): Antioxidantienmischung
Nach dem Sport: After Sport Recovery Lotion (3+4+5+6+7+8+9+ 10+21)

Zur Entlastung der Gewebe, Muskelgewebe: BaseCare Bad

Antioxidantienmischung:

Einnahme: 1. Stufe: Nr. 3

2. Stufe: Nr. 3+6+10

3. Stufe: Nr. 3+6+10+17

4. Stufe: Nr. 3+6+10+17+19+21+26

Adler Ortho Aktiv Nr. 3



12.8 Unwillkürliche Muskulatur – Koliken

Nr. 7 Magnesium phosphoricum ist der Betriebsstoff für die unwillkürliche Muskulatur, wie z. B. die peristaltische Bewegung des Darms, oder die rhythmischen Bewegungen der Gebärmutter bei der Geburt. Auch bei den Krämpfen, die bei der monatlichen Blutung auftreten, ist die Einnahme von Nr. 7 Magnesium phosphoricum sehr zielführend und lindernd.

An dieser Stelle ist es notwendig, ein Missverständnis auszuräumen: In der klassischen Medizin wird zur Beruhigung der Muskelkrämpfe von schwangeren Frauen Magnesium in hoher Dosierung gegeben. Die Muskeln erschlaffen zwar, aber sie sind nicht richtig entspannt.

Die Verabreichung dieses Mineralstoffes in grobstofflicher hoch dosierter Form hat zur Folge, dass bei der Geburt die Wehen nicht so ausgeprägt sind, oder, wie schon des öfteren berichtet wurde, fast ausbleiben. Daher wird das hoch dosierte Magnesium meist einige Wochen vor dem voraussichtlichen Entbindungstermin abgesetzt. Zur Vorbereitung der Geburt eignet sich Magnesium phosphoricum in D 6 in der Form als heiße Sieben eingenommen hervorragend, weil es der Betriebsstoff für die Wehentätigkeit ist.

12.9 Leistungsfähigkeit der Muskeln

Da Nr. 7 Magnesium phosphoricum intrazellulär an das Energiemolekül Adenosintriphosphat (ATP) geknüpft wird, ist dieser Mineralstoff besonders für die Leistungsfähigkeit aller Muskeln von Bedeutung. Auf Dauer kann die Leistungsfähigkeit vor allem von Dauersportlern erheblich gehoben werden.

Insofern hat Nr. 7 Magnesium phosphoricum nicht nur eine große Bedeutung für die Geburt, was die rhythmische Bewegung der Gebärmutter betrifft, sondern auch für die Muskelstärke der Gebärmutter, damit keine Krampfwehen entstehen.

12.10 „Heiße 7“:

Als einziger Mineralstoff hat Magnesium phosphoricum in aufgelöster Form eine besondere Wirkung. Als „Heiße 7“, das heißt, wenn 5, 7, 10 oder auch mehr Tabletten in 1/8 Liter heißem Wasser, **das kurze Zeit gekocht** wurde, aufgelöst werden, ist es in der Lage, belastende Gase zu binden und aus dem Körper abzuführen und vor allem unterschwellige nervliche Spannungen abzubauen.

Bei Blähungen sollte unbedingt auch die „Heiße 7“ des öfteren eingesetzt werden.

Magnesium phosphoricum ist als „Heiße 7“ ein ausgezeichnetes Schmerzmittel für alle blitzartigen, schießenden und bohrenden Schmerzen, und damit auch für alle Arten von Koliken zuständig. Auch für diese Be-



lastungen besteht in der Zubereitung als „Heiße Sieben“ die beste Form der Einnahme. Häufig genügt aber eine einzige Einnahme nicht, dann muss eben die „Heiße 7“ öfter hintereinander eingenommen werden.

„heiße Sieben“: Krampfmittel bei unwillkürlichen Verkrampfungen, kolikartigen - blitzartigen Schmerzen: Lampenfieber, Bauchschneiden, Koliken, Regelkrämpfen

Einnahme: akut – mehrmals „heiße Sieben“, zur Vorsorge – Nr. 3+5+7+8, Adler Ortho Nr. 7

„Die Wiederholung führt zum Ziel“

12.11 Energie

Betriebsstoff für Lecithin: Als Betriebsstoff für den Aufbau von Gewebe und der Nervensubstanz ist er auch für den Energiehaushalt zuständig. Vor, während und ganz besonders nach besonderen Anstrengungen sollte Nr. 5 Kalium phosphoricum ausreichend eingenommen werden.

Bei einem Mangel fehlt auch der Mut quer über einen großen freien Platz zu gehen, man geht außen an den Mauern entlang, was als Platzangst bezeichnet wird,

12.11.1 Platzangst

(Agoraphobie – traut sich nicht quer über einen großen Platz zu gehen)

Einnahme: 1. Stufe: Nr. 5

2. Stufe: Nr. 3+5+8

12.11.2 Erschöpfung

Wer zu viel Energie verbraucht und zu wenig auf Regenerationsphasen achtet landet in der Mutlosigkeit, die sich bis zur Verzweiflung ja Weinerlichkeit steigern kann. Geht jemand sehr konsequent den Anzeichen der Erschöpfung aus dem Weg und schafft es, sie auch zu verdrängen, ist in Gefahr im „burn out“ zu landen. Dann dauert es ziemlich lange, bis wieder die gewohnte Leistung erbracht werden kann. Es sollte in diesem Fall auch keine Scheu bestehen, fachkundige Hilfe in Anspruch zu nehmen.

Wenn jemand den Appell: „Beiße die Zähne zusammen!“ oft gehört und ihn in sein Leben integriert hat, verbraucht er dafür sehr viel Energie. Kein Wunder, wenn darunter das Zahnfleisch leidet. Es kann nicht mehr ausreichend versorgt werden, da sich das Gewebe unter dem Einfluss der Dauerspannung verfestigt.

Für das Kiefergelenk: Gel.Creme Regidol

Die Unterversorgung hat Zahnfleischbluten und Zahnfleischschwund zur Folge. Die Einnahme sollte mit einer Zahnpaste mit hochverdünnten Mineralstoffen wie z. B. der BaseDent begleitet werden.

„Du kommst ja schon auf dem Zahnfleisch daher!“

Blutendes Zahnfleisch, Zahnfleischprobleme, Zahnfleischschwund

Einnahme: 1. Stufe: Nr. 5

2. Stufe: Nr. 1+3+5+8

BaseDent - Zahnfleischmassage

Zahnungsmischung für Säuglinge, Kleinkinder

Einnahme: 1. Stufe: Nr. 3

2. Stufe: Nr. 1+3+5+8

BaseDent

Spezielle Verabreichung für Säuglinge: Von jedem Mineralstoff eine Tablette auf einen Löffel in ein paar Tropfen abgekochtes Wasser mit dem Finger zu einem Brei zerstoßen und diesen auf die Stelle auftragen, wo der Zahn durchbricht.

Probleme beim Reisen, Jetlag Zell Calmin oder

Einnahme: 1. Stufe: Nr. 5+25

2. Stufe: Nr. 3+5+8+25

3. Stufe: Nr. 3+5+8+9+25 (Betriebsstoff für die Zirbeldrüse – Melatonin)

Einnahmeempfehlung für schwere Erschöpfungszustände (ausgelaugt)

Zell Vita + Adler Ortho Aktiv Nr. 5

12.11.3 Angegriffene Nerven

Nr. 5 Kalium phosphoricum ist sozusagen das Werkzeug für das Lecithin. Der Organismus kann das Lecithin nicht in seinen Betrieb einbauen, wenn ihm dieser Betriebsstoff zu wenig zur Verfügung steht. Als Folge kommt es zu angegriffenen Nerven, es werden nervliche Belastungen nur mehr schwer ertragen, man weicht ihnen aus.

angegriffene Nerven

Einnahme: 1. Stufe: Nr. 5

2. Stufe: Nr. 3+5+8

3. Stufe: Nr. 3+4+5+7+8

Adler Ortho Aktiv Nr. 5



12.12 Mundgeruch

Wenn zu viel Energie verbraucht wird, Nr. 5 Kalium phosphoricum aber nicht in ausreichendem Maße zur Verfügung steht, greift der Organismus wiederum zu einer Notregulation. Er beginnt Gewebe zu zerlegen, er lässt es regelrecht zerfallen um an das Nr. 5 Kalium phosphoricum heranzukommen, mit dem er dieses Gewebe aufgebaut hat. Allerdings entsteht dabei Mundgeruch, der nicht durch noch so gewissenhaftes Zähneputzen verschwindet und der auch nicht aus dem Magen kommt. Es ist letztlich ein unangenehmer Verwesungsgeruch, der beim Zerfallen des Gewebes entsteht. Eine Rücknahme der Leistungsanforderung ist unbedingt erforderlich und genau so eine Einnahme dieses Mineralstoffes in einer höheren Dosierung über längere Zeit (jede halbe Stunde eine Tablette einige Wochen bis Monate).

Mundgeruch, grau im Gesicht, Erschöpfungszustände

Bei Verdacht: Wie geht es Ihnen mit dem Mundgeruch, der auch mit dem Zähneputzen nicht weggeht? Wenn der Partner dabei ist, ist es günstig ihn zu fragen, aber auch sofort das Verständnis für diesen Mundgeruch aufzubauen!

Einnahme: 1. Stufe: Nr. 5

2. Stufe: Nr. 3+5+8

Adler Ortho Aktiv Nr. 5



12.13 Ständiges Hungergefühl

Es gibt tatsächlich den Fall, dass man vor dem gefüllten Kühlschrank steht, ein Hungergefühl verspürt und man weiß nicht, was man essen soll, das bezeichnet man als diffuses Hungergefühl. Aber dieses Hungergefühl kann sogar nach dem Essen auftreten, wenn man eigentlich gesättigt sein sollte. Was wurde nicht beachtet? Das Energiefeld des Menschen wurde nicht berücksichtigt. Es hat der Nahrung die benötigte Energie gefehlt, das kann durch eine rasche Gabe von Nr. 5 Kalium phosphoricum ausgeglichen werden),

Müdigkeit - Erschöpfung, ausgepowert, ständiges Hungergefühl nach dem Essen

Einnahme: 1. Stufe: Nr. 5

2. Stufe: Nr. 3+5+8

Adler Ortho Aktiv 5

12.14 Stresschutzstoff

Wird bei Stress, physisch oder psychisch, vermehrt ATP verbraucht, findet ein vermehrter Energieverbrauch statt. In Folge wird in der Zelle Magnesium freigesetzt. Die Zelle kann aber so viel Magnesium nicht brauchen und schleust einen Großteil des freigesetzten Magnesiums in den Zwischenzellraum, das Bindegewebe, aus. Dort ist dann vorübergehend ein hoher Magnesiumspiegel zu beobachten, der aber direkt mit einer Verarmung an Magnesium in der Zelle zu tun hat - intrazelluläres Magnesium Defizit. Über die Niere wird dann jedenfalls das überschüssige Magnesium ausgeschieden, was insgesamt zu einer weiteren Verarmung an Magnesium führt. Die Niveauabsenkung erfolgt schließlich intra- und extrazellulär.

Psychischer und physischer Stress führen deshalb indirekt zu vermehrter Magnesium-Ausscheidung über den Urin, also zu einem Mangel, aber auch zu vermehrter Ausschüttung von Stresshormonen wie Katecholaminen (Adrenalin und Noradrenalin) und Steroidhormonen, die wiederum den Verbrauch von ATP verstärken. Damit eröffnet sich ein Teufelskreis, der nicht nur mit einer vermehrten Zufuhr von Nr.7 Magnesium phosphoricum aufgefangen werden kann, sondern sicher auch noch intensiver Beratungsarbeit bedarf.

psychischer oder physischer Stress:

Magnesium steuert das vegetative Nervensystem und hat daher Einfluss auf die Tätigkeit von Herz, Nerven, Kreislauf, entspannt Sympathicus – Parasympathicus

Knödelgefühl (Kloßgefühl) im Hals

Einnahme: 1. Stufe: Nr. 7

2. Stufe: Nr. 3+5+7+8+

3. Stufe: Nr. 3+5+7+8+++13+14+17

Adler Ortho Aktiv Nr. 7



12.15 Lufthunger, Claustrophobie

Nr. 6 Kalium sulfuricum ist der Betriebsstoff, den der Organismus benötigt, den Sauerstoff in der Zelle zu verarbeiten. Das geschieht in der Zelle in der Atmungskette, ein enzymatischer Prozess bei dem der Körper Energie bereitstellt. Der Organismus ist auf eine ausreichende Versorgung mit Sauerstoff angewiesen, weil er sonst auf eine „anaerobe“ Energiegewinnung „umschalten“ muss, bei der Laktat entsteht. Laktat wird im Gewebe abgebaut, was weitere Betriebsstoffe verbraucht, vor allem Nr. 9 Natrium phosphoricum.

Bevor der Organismus auf die aufwändigere Energiegewinnung im anaeroben Milieu einsteigt, versucht er über andere Wege zu Sauerstoff zu kommen und einen eventuellen Mangel an Nr. 6 Kalium sulfuricum auszugleichen. Es entsteht Lufthunger, ein Bedürfnis nach frischer Luft. Man ist dann den ganzen Tag im Freien, und am Abend ist es unmöglich bei geschlossenen Fenstern zu schlafen. Der Partner muss dann eben im Sommer wie im Winter bei „frischer“ Luft schlafen, ob er will oder nicht.

Menschen mit einem Defizit an Nr. 6 Kalium sulfuricum meiden alle Situationen, in denen die Gefahr bestehen könnte, zu wenig Luft zu bekommen. Sie meiden enge Räume, enge Liftkabinen und gehen lieber die Stockwerke zu Fuß hinauf, sie meiden Seilbahnkabinen und Tunnelfahrten und müssen aus diesem Grund oft eigenartige Reiserouten wählen. Diese Angst vor engen Räumen wird als Klaustrophobie bezeichnet.

Menschen mit einem großen Mangel an Nr. 6 Kalium sulfuricum lieben trockene kühle Luft. Sie wollen vor allem keine schwüle feuchte Lrten.

Es gibt allerdings noch die Angst vor engen Räumen auch eine Angst vor einer Umklammerung auf einen Mangel an Nr. 2 Calcium phosphoricum hinist.),

Lufthunger, Klaustrophobie - Angst vor engen Räumen (Lift- und Seilbahnkabinen, Tunnelfahrten), Beklemmungsgefühle

Einnahme: 1. Stufe: Nr. 6+10

2. Stufe: Nr. 3+5+6+8+10

3. Stufe: Nr. 3+5+6+8+1 °C)

12.16 Übelkeit durch Anstrengung:

Wenn all zu viel in kurzer Zeit geleistet werden muss, das kann auch im Sport passieren, entsteht eine Erschöpfung, die von einer gewissen Übelkeit begleitet wird. In diesem Fall ist es am besten nicht nur Nr. 5 Kalium phosphoricum einzunehmen, sondern die ganze „Power“ Mischung, wie wir sie in der Biochemie nach Dr. Schüßler nennen: Nr. 3 Ferrum phosphoricum + Nr. 5 Kalium phosphoricum + Nr. 8 Natrium chloratum je 10 bis 20 Stück und die Tabletten in kurzen Abständen im Mund zergehen lassen.

Anmerkung: Vor, bei oder nach besonderer Anstrengung zur Auffüllung der angegriffenen Speicher ausgiebig nehmen.

Übelkeit durch Aufregung

Wenn durch besondere Aufregung die Bauchspeicheldrüse besonders beansprucht wird, kann es zu einer Übelkeit kommen. Wenn z. B. die Tochter vor ihrer Geburtstagsparty so aufgeregt ist, dass ihr fast übel wird, dann kann sie auch zu Mittag nichts mehr essen, (vor lauter Aufregung), es fehlt Nr. 6 Kalium sulfuricum.

12.17 Gibt es auch etwas Wirksames für die Blasen an den Fersen?

Eingetretene, bequeme „ausgatschte“ Schuhe!

Wenn die Haut besonderen Belastungen ausgesetzt ist, benötigt sie eine verstärkte Versorgung. Allerdings können die betroffenen Hautzellen die vom Organismus zur Verfügung gestellte Nährflüssigkeit nicht aufnehmen. Es entsteht eine Blase (Vorbeugung Compeed Pflaster). Sie sollte nicht aufgestoßen werden, sondern durch einen Brei, ähnlich wie bei Verbrennungen versorgt werden.

Zur Wanderung sollten Blasenpflaster mitgenommen werden.

bei zarter Haut: Askinel - Stärkung

Für die Wanderung – Power Mischung: Nr. 3+5+8

Zur Vorbereitung – Stärkung – Energiebereitstellung: Zell Vita + Adler Ortho Aktiv 5





12.18 Sehr schneller Schweißausbruch

Sind die Muskeln bei einem Menschen schon sehr gespannt und er hat eine körperliche Anstrengung zu erfüllen, dann steigt die Körpertemperatur rasch an, wodurch es zu einem raschen Schweißausbruch kommt. Dieser Schweißausbruch stellt sich auch dann ein, wenn der Mensch unter Anforderung einen hohen Druck aufbaut, der ebenso den Tonus, die Spannung der Muskeln hochjagt.

Wetterempfindlichkeit, sehr schneller Schweißausbruch, Nervosität

Einnahme: 1. Stufe: Nr. 2+4

2. Stufe: Nr. 2+4+7

3. Stufe: Nr. 2+3+4+5+7+8+14

12.19 Fuß-, Achsel- oder Handschweiß

Schweiß sollte nicht unterbunden werden, das drückt die nach außen drängende Säure zurück in den Körper: Einnahme: Nr. 9+11+23

BaseCare Bad – basisches Bad oder Bäder mit den gelösten Tabletten der angegebenen Mineralstoffkombination

Achtung: Vermeidung von Aluminium haltigen Deos! Es kommt nicht nur zu Veränderungen der Zellen an Ort und Stelle, sondern auch zu Ablagerungen dieses Metalls im Gehirn.

Da dieser Mineralstoff innig mit Säurebelastungen zusammenhängt, ist er auch mit Rheuma in Verbindung zu bringen. Eine reichliche Einnahme in Kombination mit Nr. 9 Natrium phosphoricum ist aber notwendig.

Deomin

12.20 Kalte Hände und Füße:

Angespannte Muskeln verbrauchen ständig Energie. Aus diesem Grunde leiden Menschen, bei denen die Muskeln permanent unter einer hohen Spannung stehen, an kalten Händen und Füßen. Ursache könnte z. B. ein Spiegel im Schlafzimmer sein, der sich auch in Kreuzschmerzen auswirken kann, denen ebenfalls angespannte Muskeln zugrunde liegen.

Einnahme: Nr. 2 Calcium phosphoricum

12.21 Nasenbluten:

Kalzium löst im Körper die Gerinnungskaskade aus, welche ein komplizierter Vorgang ist, der zur Folge hat, dass unser Blut stockt und dadurch Blutungen zum Stillstand kommen. Bei einem Mangel an diesem Betriebsstoff kann es häufig zu Nasenbluten kommen, was sich häufig in Zeiten großen Mangels ereignet, nämlich in der Pubertät.

12.22 Aufbau der Widerstandskraft

Nach der an Energie reichen Zeit des Sommers folgt, wie schon beschrieben, eine Zeit der schwindenden Energie. Damit man gut vorbereitet in diese Zeit hineingeht, vor allem wenn einem eine eher etwas schwächliche Konstitution zu eigen ist, dann kann mit Mineralstoffen nach Dr. Schüßler wunderbar vorgebeugt werden.

Diese Vorbeugung kann auch für Kinder empfohlen werden, die in der Schule sehr angestrengt sind und dadurch in ihrer Gesundheit gefährdet sind. Sie fehlen dann häufig durch leichtere Erkrankungen, was nicht nur den Körper belastet, sie sind dann durch die Forderung des Nachlernens zusätzlich Belastungen ausgesetzt.

Zell Immuferin: Nr. 3 Ferrum phosphoricum, Nr. 4 Kalium chloratum, Nr. 8 Natrium chloratum, Nr. 9 Natrium phosphoricum, Nr. 21 Zincum chloratum, Nr. 26 Selenium

12.23 Wie kann ich denn mein Kind schützen? Es fängt alles auf!

Mein Kind fängt jeden Schnupfen auf - Mein Kind hat keine Abwehrkraft (Winter) - die Kinder stecken sich dauernd an

Grundsätzlich wird die Abwehrkraft des Körpers durch reichliche Gaben von Nr. 3 Ferrum phosphoricum gestärkt.

Zusätzlich beugt dem Husten Nr. 4 Kalium chloratum und dem Schnupfen Nr. 8 Natrium chloratum vor. Folgende tägliche Mischung wird empfohlen. Sie sollte über mehrere Wochen eingenommen werden:

Nr. 3 Ferrum phosphoricum	Verbesserung der Versorgung des Organismus	10 Tabletten
Nr. 5 Kalium phosphoricum	Aufbau einer guten Energie	10 Tabletten
Nr. 8 Natrium chloratum	Entgiftung	10 Tabletten

oder Zell Immuferin + Eisen Immun Adler Ortho Aktiv 3



12.24 Halsweh – Heiserkeit, Ohrenschmerzen

Diese Beschwerden stellen sich bei einem Mangel an Nr. 3 Ferrum phosphoricum ein. Es sollte am Beginn jede Viertelstunde eine Tablette verabreicht werden, um eine Verschlimmerung zu verhindern. Ist der erste Ansturm abgewehrt, reicht eine Tablette pro Stunde.

Äußerlich: Cremegel Nr. 3 auftragen – am Hals bzw. rund um die Ohren (öfter unmittelbar hintereinander)

Wehret den Anfängen: eitrig Angina, Mandeln, eitrige Mittelohrentzündung

12.24.1 Mittelohrentzündung, Angina

Nr. 3 Ferrum phosphoricum + Cremegel Nr. 3

12.25 Lernmischung:

Jetzt hat die Schule begonnen. Dann ist es oft hilfreich, wenn für die Anstrengungen beim Lernen eine einfache und unschädliche, im Gegenteil, eine den Aufbau des Körpers unterstützende Möglichkeit zur Verfügung steht. Dazu gibt es eine Zusammenstellung von Mineralstoffen, die man ohne weiteres als Lernmischung bezeichnen darf.

Es liegen genug positive Rückmeldungen nicht nur von geplagten Eltern gestresster Kinder vor, auch Studenten an der Universität, die sich mit größeren Prüfungen herumschlagen müssen, bestätigen immer wieder die rasche Hilfe, die sie durch diese Mischung an Mineralstoffen nach Dr. Schüßler erfahren haben. Diese Lernmischung hilft selbstverständlich das ganze Jahr. Sie kann einmal oder auch mehrmals am Tag eingenommen werden.

Zell Vita: Nr. 5 Kalium phosphoricum, Nr. 3 Ferrum phosphoricum, Nr. 4 Kalium chloratum, Nr. 7 Magnesium phosphoricum, Nr. 8 Natrium chloratum, Nr. 17 Manganum sulfuricum



12.26 Wenn das Kind nicht gut isst:

Kinder sind oft überfordert! Schwere Schultasche und viele Stunden Unterricht ohne Bewegungsausgleich! Wenn Kinder bei der Nahrungsaufnahme Probleme haben, kann es sich um einen schwerwiegenden Mineralstoffmangel handeln. Dem Kind fehlen dann die für die Verdauung erforderlichen Betriebsstoffe. Es kann die Nahrung weder aufnehmen noch verarbeiten. Oft liegt eine Versäuerung des kindlichen Körpers vor. Allerdings kann der Mangel an bestimmten Mineralstoffen auch den Betrieb der Bauchspeicheldrüse und der Leber einschränken. Meistens ist dann eine gründliche Versorgung mit den Mineralstoffen nach Dr. Schüßler angesagt.

Nr. 2 Calcium phosphoricum	Verarbeitung von Eiweiß	10 Tabletten
Nr. 3 Ferrum phosphoricum	Stärkung zur Verarbeitung der Nahrung	10 Tabletten
Nr. 5 Kalium phosphoricum	Verdauungsenergie	7 Tabletten
Nr. 6 Kalium sulfuricum	Unterstützung der Bauchspeicheldrüse	7 Tabletten
Nr. 8 Natrium chloratum	Stärkung der Schleimhäute	7 Tabletten
Nr. 9 Natrium phosphoricum	Reduzierung der Säurebelastung	7 Tabletten

Übelkeit durch Anstrengung: Kalium phosphoricum Nr. 5

Übelkeit durch Aufregung: Kalium sulfuricum Nr. 6

12.26.1 Es mag nur Ketchup und Chips

Diese übermäßigen Bedürfnisse weisen auf einen Mangel an Nr. 2 Calcium phosphoricum hin, von dem dann ungefähr jede Stunde eine Tablette gegeben werden soll.

Es ist ganz klar, dass der Organismus bei einem Mangel nach Auffüllung der dringend benötigten Stoffe verlangt und wenn diese nicht erfolgt, förmlich danach „schreit“. Dabei gibt es ein Problem! Die Sprache des Organismus wird meistens nicht verstanden.

An diesem Punkt sollte unbedingt die von vielen Menschen oft getätigte Aussage genau beachtet werden: „Mein Körper sagt mir, was ich brauche.“ Die Antwort ist: „Ja und nein! Wenn ich die Sprache des Körpers verstehe, dann ist der Satz richtig. Wenn ich sie aber nicht verstehe, wird der Mangel noch verstärkt!“

Ein Beispiel: Leidet ein Kind unter dem Mangel an Nr. 2 Calcium phosphoricum, dann hat es ein starkes Verlangen nach Geräuchertem, Senf oder Ketchup. Damit ist nicht das alltägliche Bedürfnis gemeint, sondern die zwanghafte Gier, so dass es z.B. ohne Ketchup nicht essen will. Die Gier verliert sich durch die regelmäßige Einnahme dieses Mineralstoffes.

Genauso ist es beim Schokoladehunger. Er entsteht durch einen Mangel an Nr. 7 Magnesium phosphoricum. Je mehr Schokolade jemand isst, umso grösser wird der Mangel, bis es ohne tägliche Tafel nicht mehr geht. Durch die regelmäßige Einnahme von Nr.7 Magnesium phosphoricum verliert sich die Sucht. Endlich kann dann die Schokolade auch mit Genuss gegessen werden.

So gibt es einige Vorlieben bzw. Ablehnungen, die eindeutig auf ganz bestimmte Mängel hinweisen:

Glust, Gusto, Blanga

Bedürfnis nach Ablehnung von	Zusätzliche Maßnahme	Mineralstoff	Stück/Tag
• Milch		Calcium phosphoricum Nr. 2	10-20
• Geräuchertem		Calcium phosphoricum Nr. 2	10-20
• Ketchup		Calcium phosphoricum Nr. 2	10
• Senf		Calcium phosphoricum Nr. 2	10
• Leber, Leberstreichwurst		Ferrum phosphoricum Nr. 3	10
• Nüssen, Milkschokolade		Kalium phosphoricum Nr. 5	10-20
• Schokolade, dunkel		Magnesium phosphoricum Nr. 7	10-30
• Salz		Natrium chloratum Nr. 8	10-30
• Mehlspeisen	BaseCare Bad	Natrium phosphoricum Nr. 9	10
• Weißbrot	BaseCare Bad	Natrium phosphoricum Nr. 9	10
• Nudeln		Natrium phosphoricum Nr. 9	10
• Fett	BaseCare Bad	Natrium phosphoricum Nr. 9	10
• Süßigkeiten	BaseCare Bad	Natrium phosphoricum Nr. 9	10-30
• Hirse		Silicea Nr. 11	10

Schwangere: Essiggurkerl – Schwedenbombe (Dickmann) – Leberkäsemmel – Sachertorte – Speckbrot – Kaiserschmarrn – Kaiserschmarrn ...

Die Sucht nach Süßigkeiten und Mehlspeisen zeigt einen grossen Mangel an Nr. 9 Natrium phosphoricum an. Die besonderen Neigungen verlieren sich nach einer bestimmten Zeit der Einnahme der biochemischen Funktionsmittel.

12.27 Erfrischungscocktail

Wenn Kinder bei der Nahrungsaufnahme Probleme haben, kann es sich um einen schwerwiegenden Mineralstoffmangel handeln. Dem Kind fehlen dann die für die Verdauung erforderlichen Betriebsstoffe. Es kann die Nahrung weder aufnehmen noch verarbeiten. Oft liegt eine Versäuerung des kindlichen Körpers vor. Allerdings kann der Mangel an bestimmten Mineralstoffen auch den Betrieb der Bauchspeicheldrüse und der Leber einschränken. Meistens ist dann eine gründliche Versorgung mit den Mineralstoffen nach Dr. Schüßler angesagt.

Wenn das Kind müde von der Schule heimkommt: ¼ bis 1/3 l Wasser

Nr. 2 Calcium phosphoricum	Verarbeitung von Eiweiß	10 Tabletten
Nr. 3 Ferrum phosphoricum	Stoffwechselleistung	10 Tabletten
Nr. 5 Kalium phosphoricum	Verdauungsenergie	7 Tabletten
Nr. 8 Natrium chloratum	Flüssigkeitshaushalt	7 Tabletten

12.28 Haben Sie auch etwas für Kinder mit Entwicklungsproblemen?

Gesundes Wachstum!

Mein Kind bleibt zurück – Entwicklungsrückstände

Wachstumsstörungen, Gliederschmerzen

Hauptnummer ist: Nr. 22 Calcium carbonicum

Zell Juvebene: Nr. 2 Calcium phosphoricum, Nr. 4 Kalium chloratum, Nr. 5 Kalium phosphoricum, Nr. 21 Zincum chloratum, Nr. 22 Calcium carbonicum, Nr. 13 Kalium arsenicosum

12.29 Reizhusten

Haben Sie auch etwas für den lästigen Reizhusten, der mich immer wieder am Anfang der Heizperiode plagt?

Ein trockener Reizhusten plagt viele am Beginn der Heizperiode!

Der Organismus benötigt immer eine gewisse Zeit, um sich auf geänderte Umstände einzustellen. Das betrifft auch die Befeuchtung der Rachenhöhle und der Stimmbänder, die sich noch nicht auf den erhöhten Bedarf an Flüssigkeit eingestellt haben. Zu Beginn der neuen Heizperiode trocknen diese beiden Bereiche sehr leicht so aus, dass ein ununterbrochener Kitzel im Hals entsteht, was zu einem verkrampften Reizhusten führt (bis zum Würge- Brechreiz)

Durch die Einnahme von 10-20 Tabletten von Nr. 8 Natrium chloratum kann dieses Problem ganz einfach abgestellt werden. Dieser Mineralstoff ist für die Regulierung der Flüssigkeit und somit auch für die Durchfeuchtung der genannten Bereiche zuständig.

Bestehen zugleich auch Beschwerden mit einer zu trockenen Nasenschleimhaut, was leicht möglich ist, so wird das ebenfalls durch diesen Mineralstoff mitbehandelt. Er ist ja zugleich auch für den Aufbau aller Schleimhäute verantwortlich.

Äußerlich: Cremegel Nr. 8



12.30 Bronchitis der Kinder

Bei Kindern ist vor allem darauf zu achten, dass die Bronchitis tatsächlich ausgeheilt wird. Es besteht die Gefahr einer Lungenentzündung oder einer eitrigen Bronchitis. Auf eine ärztliche Versorgung darf in diesem Fall nicht verzichtet werden!

Einnahme: Nr. 3 Ferrum phosphoricum + Salbe H

Oder: Nr. 3+4+8

Hustensalbe: Nr. 2+3+4+7+8+10

12.30.1 Husten

Husten trocken, bellend – Nr. 2 Calcium phosphoricum

Husten verschleimt – Nr. 4 Kalium chloratum

krampfend: trifft für alle zu – Nr. 7 Magnesium phosphoricum

In der Hustensalbe sind diese Nummern enthalten.

Reizhusten - Nr. 8 Natrium chloratum (Tritt vor allem zu Beginn der Heizperiode auf)

12.30.2 bellender Husten (vor allem bei Kindern):

Wenn in den Bronchien die Wände aus einem Mangel an Nr. 2 Calcium phosphoricum ziemlich gespannt, wenn nicht gar verkrampft sind, dann klingt der Husten regelrecht bellend, weshalb hochverdünntes Calcium phosphoricum, unbedingt in einer biochemischen Hustensalbe enthalten sein sollte.

bellender Husten (Salbe H: 2+4+7+8+10),

vor allem bei Kindern

Einnahme: 1. Stufe: Nr. 2+4

2. Stufe: Nr. 2+4+7

3. Stufe: Nr. 2+3+4+7+8

12.30.3 Pseudokrupp – Arzt!

Hängt mit der Heizperiode zusammen, Kehlkopfentzündung

Erste Hilfe: Fenster öffnen, feuchte Tücher – auflegen und aufhängen

Als Unterstützung zur ärztlichen Versorgung:

Nr. 2 Calcium phosphoricum	Entspannung der Bronchien	10 Tabletten
Nr. 3 Ferrum phosphoricum	Durchblutungsförderung	10 Tabletten
Nr. 8 Natrium chloratum	Befeuchtung der Schleimhäute	20 Tabletten

Tip: Wasser trinken, in Jedes Glas 5-7-10 Tabletten von Nr. 8 Natrium chloratum geben!

Äußerlich: Cremegel Nr. 8 am Hals auftragen (die Wiederholung führt zum Ziel!)



12.30.4 Fliessschnupfen (wässrig), Nebenhöhlenprobleme

Einnahme: 1. Stufe: Nr. 3+8

2. Stufe: Nr. 3+4+8

3. Stufe: Nr. 3+4+5+8+12+(9+10)

Eventuell Nasentropfen mit den genannten Mineralstoffen machen.

Tropfen: in 4 cl Wasser die benötigten MS auflösen und in die Tropfflaschen abdekandieren. Die Tropfen stehen zur Verfügung, so oft wie man will. Den Rest einnehmen

12.31 Der Nebel im Herbst – ein Alptraum für Asthmakranke

Für asthmakranke Menschen ist es wichtig, alle Texte, die den Herbst betreffen, genauer anzuschauen. Allerdings spitzt sich die Situation auf einen speziellen Mineralstoffmangel zu. Es ist das Kalium sulfuricum – Nr. 6, das den Übertritt des Sauerstoffes in das Zellinnere ermöglicht. Eine Einnahme von einer Tablette jede Viertelstunde kann hilfreich wirken.

Bei längerer Einnahme Nr. 10 Natrium sulfuricum dazu einnehmen!

Allerdings sind weitere Mineralstoffe erforderlich, die sich aus der jeweiligen Situation ergeben. Trotzdem kann folgende tägliche Mischung zufriedenstellend wirken:

Nr. 3 Ferrum phosphoricum	Sauerstoff bis zur Zelle	20 Tabletten
Nr. 4 Kalium chloratum	Schleimabbau	10 Tabletten
Nr. 5 Kalium phosphoricum	Energie	10 Tabletten
Nr. 6 Kalium sulfuricum	Sauerstoff in die Zelle	30 Tabletten
Nr. 7 Magnesium phosphoricum	Entspannung der Bronchien	heiße 7
Nr. 8 Natrium chloratum	Befeuchtung der Bronchien	10 Tabletten
+ Nr. 10 Natrium sulfuricum – bei längerer Anwendung	Schadstoffe ausscheiden	10 Tabletten

Die Schüßler Salzkombination auf 2 oder 3 Tage aufteilen.

13 Weitere Themen für den Herbst sind die

13.1 Krampfadern - Hämorrhoiden

Manchmal wird nach der Rast auf allzu kalten Unterflächen festgestellt, dass die Hämorrhoiden wieder akut werden. Die Einnahme einer bestimmten Mischung der Mineralstoffe nach Dr. Schüßler wird empfohlen genauso wie das Auftragen eines Gels, das diese Mischung zum Inhalt hat. Es ist die gleiche Mischung wie sie bei Krampfadern angewendet wird. Die innere Anwendung ist unbedingt äußerlich durch **CouBeVen** unterstützen.

Nr. 1 Calcium fluoratum	zieht die gedehnten Gefäße wieder zusammen	10 Tabletten
Nr. 4 Kalium chloratum	verdünnt das abgestandene Blut	10 Tabletten
Nr. 9 Natrium phosphoricum	neutralisiert die Säure	10 Tabletten
Nr. 11 Silicea	stärkt das Bindegewebe	20 Tabletten

Zäpfchen für innen liegende Hämorrhoiden (Apothekenspezialität):

Mineralstoffe: Nr. 1 Calcium fluoratum, Nr. 4 Kalium chloratum, Nr. 9 Natrium phosphoricum, Nr. 10 Natrium sulfuricum, Nr. 11 Silicea

Juckreiz im After: Ursache sind Schadstoffe – Salbe/Zäpfchen Natrium sulfuricum Nr. 10

13.1.1 Zäpfchen

20% zermörserte Mineralstoffe, 80% Neutralfett – die Wirkung der Zäpfchen ist unmittelbar

13.2 Aftereinrisse – Rhagaden

Für diese schmerzhaften Beschwerden sollte innerlich folgende Mineralstoffmischung angewendet werden.

Nr. 1 Calcium fluoratum	heilt die Risse	20 Tabletten
Nr. 3 Ferrum phosphoricum	reduziert die Schmerzen	10 Tabletten
Nr. 5 Kalium phosphoricum	fördert die Regeneration	10 Tabletten
Nr. 11 Silicea	stärkt das Bindegewebe	10 Tabletten

Äußerlich: Cremegel Nr. 1, nach dem Abklingen noch lange CouBeVen

Eventuell Zäpfchen: Nr. 1+4+9+10+11 (3 Themen: Risse, Juckreiz, Hämorrhoiden inneliegend)

Aftereinrisse im After: Ursache sind Elastizitätsprobleme – Salbe/Zäpfchen Nr. 1 Calcium fluoratum

13.3 Niedergeschlagenheit/Bedrücktheit _ Nebelphasen _ Farbebene

Im November ist die Zeit der Niedergeschlagenheit, der Wehmut, der Traurigkeit, des Weltschmerzes, kurz und gut der depressiven Stimmungen. Die Menschen sind sehr verschieden von diesen Gefühlen berührt und an manchen geht diese Zeit vorüber, ohne dass sie überhaupt auch nur die geringsten Probleme haben. Aber jene, denen diese Zeit sehr nahe geht, benötigen Unterstützung, manche sogar Hilfestellungen von außen in einer den Umständen und der Schwere des Problems angemessenen Beratung oder gar Therapie. An eine Behandlung mit Mineralstoffen ist ausschließlich bei leichten Beschwerden zu denken und zur Begleitung.

Wenn hier eine Reihe von Mineralstoffen aufgezählt wird, so heißt das nicht, dass dadurch die Zustände ausgeschaltet werden, sondern dass der Mensch mit ihnen besser zurecht kommt. Es sei auch noch darauf hingewiesen, dass **Johanniskrauttee** eine Erleichterung schafft, ebenso Farben oder Edelsteine, aber es muss eine fachgerechte Beratung stattfinden.

Folgende Mineralstoffe sind hier hilfreich und können zusammen täglich genommen werden.

Nr. 3 Ferrum phosphoricum	Widerstandsfähigkeit	10 Tabletten
Nr. 5 Kalium phosphoricum	Weinerlichkeit, Verzagttheit	20 Tabletten
Nr. 6 Kalium sulfuricum	Ärger, Wehmut	10 Tabletten
Nr. 11 Silicea	Nerven	10 Tabletten
Nr. 15 Kalium jodatum	Niedergedrückttheit, Weinerlichkeit	7 Tabletten
Nr. 22 Calcium carbonicum	tiefste Erschöpfung	7 Tabletten

Stufen:

1. Stufe: Nr. 5+15
2. Stufe: Nr. 3+5+15+22
3. Stufe: 3+5+6+10+11+15+22

13.4 Ischiasschmerzen - Hexenschuss

Erste Hilfe: heiße 7,

Mineralstoffe: Nr. 2 Calcium phosphoricum, Gel.Creme Regidol

Überprüfung des Schlafplatzes: **YouTube/Thomas Feichtinger** (Kanal)/Energiefeldhygiene Was ein jeder für sein Energiefeld tun kann.

Der Herbst ist durch seine Abkühlung der Durchschnittstemperaturen eine belastende Zeit, was sich in einer Verkürzung der Muskeln auswirkt. Unterliegen diese nun schon einer Grundspannung, dann kann sich die Erhöhung sehr schmerzhaft auswirken. Die verkürzten Muskeln ziehen die Wirbel des Rückgrates zusammen, die wiederum auf die Bandscheiben drücken. Als letztes Glied in dieser Kette landet der Druck auf den Nerven, vor allem in jenen Teilen des Rückgrates, das von vornherein einer größeren Belastung ausgesetzt ist, nämlich der Hals- und Lendenwirbelsäule. Die tägliche Einnahme folgender Mineralstoffmischung kann die Gefahr größerer Probleme unter Umständen unterbinden. Außerdem sollte äußerlich unbedingt das Gel.Cremegel Regidol angewendet werden!



Nr. 1 Calcium fluoratum	Elastizität der Muskeln	7 Tabletten
Nr. 2 Calcium phosphoricum	Entspannung der Muskeln	10 Tabletten
Nr. 3 Ferrum phosphoricum	Linderung der Schmerzen	10 Tabletten
Nr. 8 Natrium chloratum	Stärkung der Bandscheiben	10 Tabletten
Nr. 9 Natrium phosphoricum	Reduzierung der Säure	10 Tabletten
Nr. 11 Silicea	Versorgung des geschwächten Nervs	7 Tabletten

13.5 Bindegewebe

Nr. 12 Calcium sulfuricum ist ein wesentlicher Betriebsstoff, was die Aufgaben des Bindegewebes betrifft, weil es für seine Durchlässigkeit zuständig ist. Für die Bildung bzw. seine Substanz sind zwei Mineralstoffe zuständig: Nr. 2 Calcium phosphoricum und vor allem Nr. 4 Kalium chloratum. Da Nr. 12 Calcium sulfuricum in der Biochemie nach Dr. Schüßler immer zu kurz gekommen ist, weil es von Dr. Schüßler auf Grund eines Irrtums aus der Reihe seiner Wirkstoffe ausgeschieden wurde, soll hier noch einmal so ausführlich wie möglich darauf eingegangen werden. Das betrifft auch eine zusammenfassende Wiederholung der Themen bezüglich des Bindegewebes.

Es bleibt das Verdienst Dr. Schüßlers, schon zu seiner Zeit auf „Bindegewebsröhren“ hingewiesen zu haben, die heute in der aktuellen Forschung als tunnelförmige Wege innerhalb des Bindegewebes bezeichnet werden.

Die Funktionen des Bindegewebes:

- Transitstrecke zwischen Zelle und Nachbarzelle
- Molekularfilter -und Sieb
- Tunnelförmige Transportwege für Nähr- und Schlackenstoffe (schon Dr. Schüßler spricht von Bindegewebsröhren, die man aber im Mikroskop wegen der vorangehenden Präparation der Gewebe nicht finden kann).
- Es führt über Änderung seines elektrostatischen Grundtonus zu vielfältigen zellulären Reaktionen.

13.6 Verdichtetes Gewebe:

Nr. 12 Calcium sulfuricum ist der Betriebsstoff für die Durchlässigkeit des Gewebes. Liegt ein verfestigtes Bindegewebe vor, dann stecken in diesem nicht nur nicht weitertransportierte Schadstoffe, sondern durch eine Übersäuerung hat sich das Bindegewebe verfestigt, was dann den Stau der Schadstoffe verursacht.

Wichtige Kombination: Wird durch die Einnahme von Nr. 12 Calcium sulfuricum das Bindegewebe wieder durchlässiger, wird nicht nur Säure frei, sondern es kommen auch Schadstoffe in Bewegung. Beide Prozesse verlangen nach zusätzlichen Gaben von Nr. 9 Natrium phosphoricum für die frei werdende Säure und Nr. 10 Natrium sulfuricum für die nun beweglichen Schadstoffe, oder Erhöhung der Gabe der beiden Mineralstoffe, wenn sie schon genommen werden.

Stockschnupfen

Einnahme: Nr. 3+4+8+12, Nasentropfen aus der angeführten Mineralstoffkombination
Crememischung aus Nr. 8+12 äußerlich auftragen

chronische Bronchitis

Einnahme: 1. Stufe: Nr. 3+4+7+8+12
2. Stufe: Nr. 2+3+4+7+8+10+12

Salbe H

Halsentzündung

Einnahme: 1. Stufe: Nr. 3+12
2. Stufe: Nr. 3+4+8+9+12

Mit einer Lösung aus den genannten Mineralstoffen gurgeln.

Eine Crememischung aus den genannten Mineralstoffen außen auftragen.

eitrige **Mandelentzündung**: Einnahme: Nr. 3+9+11+12

Eine Crememischung aus den genannten Mineralstoffen außen auftragen.

13.7 Kompaktiertes Bindegewebe:

Bei einer Überbelastung des Körpers mit Säuren, vor allem Stoffwechselsäuren, die aus abgebrochenen Stoffwechselprozessen entstanden sind, werden diese im größten Puffer dafür, nämlich im Bindegewebe abgelagert. Es handelt sich dabei um das kolloidale Bindegewebe, das sich zwischen den Zellen befindet. Es ist für eine optimale Ver- und Entsorgung der Zellen zuständig. Unter dem Einfluss der Säure beginnt es aber allmählich zu kompaktieren, es verfestigt sich.

Es gibt einige gut belegte Anzeichen für die so belastende Erscheinung der Bindegewebsazidose: Belegte Zunge, Neigung zu Pilz, Fußpilz, Parodontose, Kurzatmigkeit, Rheuma, Gicht, Gelenkschmerzen, Krampfbereitschaft, unregelmäßiger Stuhlgang, kompaktierte Falten.

Orangenhaut

1. Stufe: Nr. 2+9+10+12
2. Stufe: Nr. 2+3+4+8+9+10+12

Zell Basic + Evocell + Adler Ortho Aktiv Nr. 9 + Adler Ortho Aktiv Nr. 12

13.8 Muskelrheuma, Gelenksrheuma – Gicht

In der Biochemie nach Dr. Schüßler wird in diesem Formenkreis nicht zwischen den einzelnen Erscheinungen unterschieden, sondern versucht, das Problem von den Mineralstoffmängeln her zu beleuchten. Es hat sich gezeigt, dass es sich bei allen diesen Problemen im Wesentlichen um immer die gleichen Mangelerscheinungen handelt, nämlich um eine Säureüberlastung.



Im Herbst am Beginn der kälteren Jahreszeiten, beginnt „das Zipperlein zu plagen“, wie es so schön im Volksmund heißt. Die Gichtknoten, aufgetriebene Gelenksknorpel, beginnen zu schmerzen und die in den Geweben abgelagerten Säurekristalle (Muskelrheuma) plagen unentwegt. Die Bedeutung der Ernährung (purin- und säurearm) darf in diesem Zusammenhang nicht übersehen und muss entsprechend berücksichtigt werden. Aber auch die Mineralstoffe helfen bei diesen Krankheiten lindernd, innerlich und äußerlich angewendet.

Die angegebene Mischung sollte über längere Zeit täglich eingenommen und äußerlich in derselben Zusammensetzung als Cremegel auf die schmerzenden Stellen aufgetragen werden.

Nr. 3 Ferrum phosphoricum	damit die entzündlichen Reaktionen abklingen	10 Tabletten
Nr. 6 Kalium sulfuricum	Abbau der Schlacken aus den Zellen	7 Tabletten
Nr. 8 Natrium chloratum	Abbau der Purine, Aufbau der Knorpel	20 Tabletten
Nr. 9 Natrium phosphoricum	Neutralisierung der Harnsäure	20 Tabletten
Nr. 11 Silicea	Abbau der Säurekristalle	10 Tabletten
Nr. 23 Natrium bicarbonicum	Abbau der Säuren	10 Tabletten

Äußerlich zusätzlich: BaseCare Bad!

Stufen:

1. Stufe: Nr. 9
2. Stufe: Nr. 3+9+23
3. Stufe: Nr. 3+6+8+9+11+23

Ganz neu: der **Gelenkskomplex**



äußerlich: Base Care Bad, Gel.Creme Regidol, After Sport Recovery Lotion

13.9 Knorpel:

Nr. 8 Natrium chloratum bindet alle jene Körperteile in den Stoffwechsel ein, die nicht durch die Durchblutung versorgt werden. Das sind alle Bänder, Sehnen, Knorpel und damit auch alle Bandscheiben und das Auge. Wenn sich die Speicher für Nr. 8 Natrium chloratum leeren, werden diese Körperteile nicht mehr ausreichend versorgt, sie trocknen regelrecht aus, die Knorpel verfestigen sich. Dann kann es schon sein, dass man einen Menschen schon vorher hört, bevor man ihn sieht, da seine Gelenke so stark knacken, vor allem beim Niederknien. In weiterer Folge sind Bandscheibenschäden und Knorpelschäden keine Seltenheit. Die Knorpelgewebe reagieren extrem sensibel auf einen Flüssigkeitsverlust im Körper durch konzentrierte Flüssigkeiten. So ist gerade der beliebte Kaffee ein besonderer Flüssigkeitsräuber. Der Organismus benötigt mindestens die doppelte Menge Wasser, um den Kaffee ohne zurückbleibende Belastung verarbeiten zu können.

Bandscheibenschäden, Knorpelprobleme, Knorpelschäden, Gelenksgeräusche (Knacken in den Gelenken)

Einnahme: 1. Stufe: Nr. 8+17

2. Stufe: Nr. 3+5+8+17

3. Stufe: Nr. 3+4+5+8+9+17

Adler Ortho Aktiv Nr. 8, Gelenkcreme Regidol

13.10 Unruhiger Schlaf

Der Herbst, aber vor allem der November erinnert allzu sehr an das Abschied nehmen Müssen und vielleicht ist schon gar so mancher bittere Verlust zu beklagen. Dann ist es leicht möglich, dass der sonst so ruhige Schlaf nicht mehr in dem Rhythmus fließt wie gewohnt, dass er unruhig wird.

Es gibt aber auch ganz einfache Erklärungen für einen unruhigen Schlaf, wie z.B. eine zu üppige Mahlzeit am späten Abend, bevorstehende Belastungen, die eine hohe Spannung hervorrufen oder was immer. Wichtig ist in diesem Zusammenhang die Einnahme der „heißen Sieben“. Die Einnahme von Nr. 7 Magnesium phosphoricum in dieser Form entspannt die unwillkürlichen Spannungen und lässt den ersehnten Schlaf eintreten. Die „heiße sieben“ löscht das Licht aus und zündet es an (Dr. Grüger)





Heiße 7: lernen, Schularbeit - Nervosität

Manche Menschen vertragen am Abend kein Glas Weißwein oder Sekt und schon auf keinen Fall eine Tasse Kaffee. Dann ist für sie die Nacht „gelaufen“. Sie stehen von der zum größten Teil durchwachten Nacht gerädert auf. Und hätten mit einigen Mineralstoffen nach Dr. Schüßler eine Hilfe bekommen können, die sie vor dieser Tortur bewahrt hätte: Nr. 2 Calcium phosphoricum. Wenn es um die Säure geht, sollte Nr. 2 Calcium phosphoricum mit Nr. 9 Natrium phosphoricum kombiniert werden.

Es beruhigt den Herzschlag vor allem nach einem Glas Weißwein oder Sekt, wenn er zu rasch geht, damit eine entsprechende Entspannung möglich ist und Ruhe eintreten kann. Dies ist vor allem von Bedeutung, wenn man in der Nacht aufwacht und der Herzschlag geht unruhig, schneller als zur körperlichen Situation passt. Dann ist die Einnahme von 10-20 Tabletten Nr. 2 Calcium phosphoricum einzeln und nacheinander sehr hilfreich und der Schlaf wird sich bald wieder einstellen.

Schlafmischung, Einschlaf- und Durchschlafstörungen, zu schneller Pulsschlag

Einnahme: Zell Calmin oder

Einnahme: 1. Stufe: Nr. 2+7

2. Stufe: Nr. 2+7+14

3. Stufe: Nr. 2+7+14+21+25



Schlaf- durch Stress bzw. Unruhe belastet: **Zell Calmin** - Nr. 2 Calcium phosphoricum, Nr. 7 Magnesium phosphoricum, Nr. 12 Calcium sulfuricum, Nr. 19 Cuprum arsenicosum, Nr. 21 Zincum chloratum, Nr. 25 Aurum chloratum natronatum

Schlaf - hormonell belastet: **Zell Euclim** - Nr. 2 Calcium phosphoricum, Nr. 7 Magnesium phosphoricum, Nr. 13 Kalium arsenicosum, Nr. 14 Kalium bromatum, Nr. 19 Cuprum arsenicosum, Nr. 25 Aurum chloratum natronatum



14 Herzschlag

Beschleunigter Herzschlag – Puls: Nr. 2 Calcium phosphoricum + CG Nr. 2

Schwacher Herzschlag – Puls: Nr. 5 Kalium phosphoricum + CG Nr. 5

Unregelmäßiger Herzschlag – Puls: Nr. 7 Magnesium phosphoricum + CG Nr. 7

15 Im Winter

15.1 „Glühohren“

der Kinder nach dem Spielen draußen in der Kälte:

Nr. 3 Ferrum phosphoricum



15.2 Am Backblech verbrannt! – Brei zeigen

Es hat gezischt, dann tat es sehr weh und schon hat es nach der verbrannten Haut gerochen. Das Blech war viel zu heiß, als kontrolliert werden sollte, ob die köstliche Weihnachtsbäckerei schon fertig sei. Die Gewebsflüssigkeit (Zwischenzellflüssigkeit) samt der Zellflüssigkeit war verdampft. Sofort schickt der Organismus die fehlende Flüssigkeit in das verletzte Gebiet. Doch die Zellen sind nicht in der Lage, die angebotene Flüssigkeit aufzunehmen. Es sind mit der entwichenen Flüssigkeit auch die Betriebsstoffe für den Flüssigkeitshaushalt verdampft. Die bekannte Brandblase entsteht.

Beim verlorengegangenen Mineralstoff handelt es sich vorwiegend um Nr. 8 Natrium chloratum. Deshalb sollte sofort nach der Verbrennung ein Brei aus Tabletten dieses Mineralstoffes und einigen von Nr. 3 Ferrum phosphoricum gemacht und auf die schmerzende Hautstelle aufgetragen und mit einer Frischhaltefolie abgedeckt werden. Damit wird ein Austrocknen des Milchezuckers verhindert und die Wirkstoffe können rasch in die Zellen eindringen und ihre Aufgaben erfüllen. Bei dieser Vorgangsweise entsteht nicht einmal eine Brandblase.



Die Anzahl der Tabletten richtet sich nach der Größe der verbrannten Hautstelle. Der Brei sollte einen Belag von 2-3 Millimeter bilden.

Leider passieren solche Verbrennungen nicht nur zu Weihnachten, sondern oft auch beim Bügeln. Auch hier und bei jeder anderen Verbrennung helfen die beiden Mineralstoffe wunderbar. Nr. 8 Natrium chloratum hauptsächlich für die Verbrennung und Nr. 3 Ferrum phosphoricum lindert die Schmerzen.

Nach dem Abklingen der ersten Beschwerden: Gel W + Askinel kombinieren vor allem zur Vorbeugung von Narben.

15.3 Feiertage – zu viel gegessen – Völlegefühl

Üppige Mahlzeiten zur Zeit der Festtage: Nr. 6 Kalium sulfuricum ist der Hauptbetriebsstoff für die Bauchspeicheldrüse. Bei einem Mangel an diesem Betriebsstoff kann dieses Organ seine Aufgaben nicht mehr optimal erfüllen, wie z. B. bei der Produktion der für die Verdauung notwendigen Enzyme und der Produktion des in den Langerhanschen Inseln produzierte Insulin. Es kommt zu Problemen.

Stehen durch einen Mangel an Nr. 6 Kalium sulfuricum zu wenig Betriebsstoffe der Bauchspeicheldrüse zur Verfügung und werden die zur Verdauung notwendigen Enzyme nicht ausreichend gebildet, dann kommt nach ein paar Bissen die Sperre, es entsteht ein Völlegefühl, unter Umständen nach jedem Essen. Nr. 6 Kalium sulfuricum über längere Zeit eingenommen kann da Abhilfe schaffen. (bei längerer Anwendung + Nr. 10 Natrium sulfuricum)

Völlegefühl, Essprobleme:

Einnahme: 1. Stufe: Nr. 3+6

2. Stufe: Nr. 3+5+6+8+10

15.3.1 Feiertage auskurieren - Der Magenbitter hat Hochsaison!

Die Feiertage um Weihnachten haben trotz all der schönen Zeit, die sie bringen, wenn die Familie beisammen ist, wenn sich Freunde treffen, so manche Tücke. Eine davon betrifft die üppige aber verführerische Speisenzusammenstellung. Es ist dann gar nicht so leicht, nein zu sagen und schon stellen sich Verdauungsbeschwerden ein, ganz abgesehen von den „Pfundern“, um die dann das Körpergewicht zunimmt. Wenn es nun schon einmal passiert ist, dass die Verdauung überfordert ist, dann hilft ganz sicher folgende Mineralstoffmischung, die mehrmals am Tag angewendet werden kann. Am besten wird es sein, wenn sie in einem Viertelliter Wasser aufgelöst in ganz kleinen Schlucken eingenommen wird.

Zur Unterstützung der Verdauung:

Nr. 3 Ferrum phosphoricum	zur Durchblutung der Verdauungsorgane	5 Tabletten
Nr. 6 Kalium sulfuricum	für die Bauchspeicheldrüse: Völlegefühl	7 Tabletten
Nr. 7 Magnesium phosphoricum	für die Darmperistaltik	5 Tabletten
Nr. 8 Natrium chloratum	für den Flüssigkeitshaushalt	7 Tabletten
Nr. 9 Natrium phosphoricum	für den Fettstoffhaushalt, den Säureabbau und die Zuckerverarbeitung	7 Tabletten
Nr. 10 Natrium sulfuricum	für eine gute Ausscheidung, Entschlackung	5 Tabletten
Nr. 23 Natrium bicarbonicum	für eine gute Pufferung der Säuren	5 Tabletten

15.3.2 Verdauungsprobleme

Das fette Essen belastet die Leber, die für die Erfüllung ihrer Aufgaben sehr viel von Nr. 10 Natrium sulfuricum benötigt in Kombination mit Nr. 9 Natrium phosphoricum. In Folge dieser Probleme kommt es zu Schwierigkeiten mit der Galle, was durch die Einnahme von jeweils einer Tablette jede halbe Stunde reduziert werden kann. Eventuell zusätzlich: Nr. 18 Calcium sulfuratum +Nr. 26 Selenium

15.3.3 Gastritis

Durch die übermäßige Belastung der Schleimhaut des Magens kann es sehr leicht zu einer Entzündung, einer **Gastritis** kommen, die durch die Einnahme von Nr. 3 Ferrum phosphoricum und Nr. 8 Natrium chloratum jede Stunde und Nr. 9 Natrium phosphoricum jede Viertelstunde erfolgreich beeinflusst werden kann.

Gastritis: Nr. 3 Ferrum phosphoricum + Nr. 8 Natrium chloratum +Nr. 9 Natrium phosphoricum in raschem Wechsel bis zum Abklingen, dann die Dosis reduzieren und längere Zeit darüber hinaus einnehmen. Kolikartige Schmerzen im Verdauungsbereich verlangen meistens nach der „heißen Sieben.“

15.3.4 Blähungen

Ein ganz spezielles Problem sind die mit einem Verdauungsproblem einhergehenden Blähungen. Sie benötigen je nach ihrer Art verschiedene Mineralstoffe.

- Sind die Blähungen stichartig, schmerzend, kolikartig eher geruchlos, dann ist die „heiße Sieben“ angebracht.
- **„heisse Sieben“:** Magnesium phosphoricum wirkt besonders gut als „heisse 7“. Dabei werden 7 Stück dieses Mineralstoffes in 1/8 Liter heissem, abgekochtem Wasser aufgelöst und in kleinen Schlucken für kurze Zeit im Mund behalten und dann geschluckt.
- Sind die Winde verklemmt und entwickeln bei ihrer Ausscheidung einen außerordentlich unangenehmen Geruch, wenn sie förmlich „stinken“ unter Umständen auch nach faulen Eiern, dann ist Nr. 10 Natrium sulfuricum angebracht, das dann in größeren Mengen (vielleicht alle drei Minuten eine Tablette) eingenommen werden sollte - am Beginn, nach dem Abklingen 5 bis 7 Tabletten im Tag.
- Steigert sich das Völlegefühl bis zu einem äußerst unangenehmen Druck im oberen Bauch (angeblich „Druck im Magen“), dann fehlt der Bauchspeicheldrüse das Kalium sulfuricum – Nr. 6, das sie für ihre vielfältigen Aufgaben dringend benötigt. „Druck im Magen“
- Anmerkung: Blähkolik der Säuglinge - Nr. 2 Calcium phosphoricum + Nr. 7 Magnesium phosphoricum +Nr. 10 Natrium sulfuricum
- Äußerlich: Babema Windsalbe (Nr. 2+4+7+10+23)

15.3.5 Verstopfung

Wird der Darm durch eine zu üppige Nahrungsaufnahme überfordert, wenn eine zu einseitige Nahrungsaufnahme vorliegt, durch einen Klimawechsel oder durch verschiedene sogenannte seelische Einflüsse kann es zu Stuhlverstopfungen kommen. Fast ist man versucht scherzhafterweise wie im Roulette zu formulieren: „Nichts geht mehr!“

Es gibt auch eine psychosomatische Komponente: „verklemmt“

Werden dann Abführmittel eingenommen (sie erzeugen einen Kaliummangel), weil es einfach notwendig ist, leidet der Körper sehr unter dieser Notsituation. Gerne ist man bereit, eine naturgemäße Möglichkeit in Anspruch zu nehmen. So ist es ganz selbstverständlich, dass auch über die Mineralstoffe nach Dr. Schüßler eine Kombination von Mineralstoffen, die täglich anzuwenden ist, angeboten wird, die aus vielfacher Erfahrung sehr hilfreich ist.

Erste Hilfe: Heiße7

Warnung: Es wirkt!



15.3.6 Schüßler Salze bei Verstopfung

Nr. 3 Ferrum phosphoricum	Durchblutung der Darmwände und Darmzotten	10 Tabletten
Nr. 4 Kalium chloratum	Unterstützung des Drüsenapparates	7 Tabletten
Nr. 7 Magnesium phosphoricum	Förderung der Darmperistaltik	10 Tabletten
Nr. 8 Natrium chloratum	Flüssigkeitshaushalt	10 Tabletten
Nr. 9 Natrium phosphoricum	Fettstoffhaushalt	10 Tabletten

Diese Mischung ist nicht nur bei vorübergehender Stuhlverstopfung angebracht, sondern auch bei einer gewohnheitsmäßigen, die schon über längere Zeit das Wohlbefinden empfindlich beeinträchtigt.

Ernährung – Faserstoffe – Mikrobiom

Fastenkur – Darm entlasten: FX Mayr – Der Tod sitzt im Darm

Wenn die peristaltische Bewegung im Darm durch einen Mangel an Nr. 7 Magnesium phosphoricum nachlässt, verbleibt der Nahrungsbrei immer länger im Darm, dickt ein und eine Verstopfung ist die Folge.

Ein Mangel an diesem Mineralstoff kann auch durch einen übermäßigen Konsum von Schokolade provoziert werden. Es sollte dann nicht nur die „Heiße 7“ angewendet, sondern die Tabletten auch eingenommen werden.



Verdauungsorgane, **Verstopfung**

Einnahme: 1. Stufe: Nr. 3+7

2. Stufe: Nr. 3+7+9

3. Stufe: Nr. 3+4+7+8+9+10

Die Einnahme in Form einer „heißen Lösung“ ist in diesem Fall empfehlenswert.

Auf die Möglichkeit der Durchführung von Einläufen wird hier noch einmal besonders hingewiesen. Sie hat aber nur dann eine ausreichende Chance auf eine tatsächliche wirksame Hilfe, wenn dabei auch dem Darm die für dieses Problem dringend benötigten Mineralstoffe zugeführt werden.

Einlauf: In 1 Liter Wasser werden die angegebenen Mineralstoffe je 7 Tabletten aufgelöst.

15.4 Durchfall

Bei einer übermäßigen Schlackenflut greift der Organismus zu einer Notmaßnahme und kehrt die Funktion der Darmzotten um. Dann werden keine Nahrungssäfte mehr aufgenommen, sondern Schadstoffe in den Darm ausgeschieden, wo sie dann uneingedickt als Durchfall den Körper verlassen. Das Kennzeichen für die Entlastung von Schadstoffen besteht in der Ablehnung von Nahrungsaufnahme. Auf den Flüssigkeitsverlust muss geachtet werden. Wenn die Einnahme wegen Übelkeit erschwert ist, kann man die Mineralstoffe auflösen, die Lösung schlückchenweise in den Mund nehmen, im Mund einige Zeit behalten und dann wieder ausspucken. Die Wirkstoffe werden über die Mundschleimhäute aufgenommen.

Durchfall

Einnahme: Nr. 3+8+9+10

Nahrungskarenz, Flüssigkeitsbedarf decken!

15.5 Einlauf

Einläufe sind fiebersenkend, denn sie entfernen die Gift- und Belastungsstoffe, die im Dickdarm abgelagert sind. Dabei sollten ebenfalls Mineralstoffe nach Dr. Schüßler verwendet werden

Bei Fieber, Durchfall, aber auch zur Unterstützung von Entschlackungs- oder Fastenkuren empfiehlt sich die Durchführung von Einläufen. Einläufe wirken fiebersenkend und beleben den angegriffenen Kreislauf. Bei Durchfällen werden die Schlacken aus dem Dickdarm und Mastdarm entfernt, was auch bei Entschlackungs- und Fastenkuren von allergrößter Bedeutung ist.

Dem Wasser wird eine jeweils den Bedürfnissen entsprechende Mischung an Mineralstoffen beigegeben, wobei die Angaben für 1 Liter Wasser berechnet sind.

Einlauf bei Verstopfung

Mineralstoff	Wirkung	Tabletten
Nr. 3 Ferrum phosphoricum	fördert die Durchblutung der Darmwände	10
Nr. 7 Magnesium phosphoricum	fördert die Darmperistaltik	20
Nr. 8 Natrium chloratum	baut die Darmschleimhaut auf	10
Nr. 10 Natrium sulfuricum	bindet die Schlacken im Dickdarm	10

Einlauf nach schweren Durchfällen und zur Regeneration

Mineralstoff	Wirkung	Tabletten
Nr. 3 Ferrum phosphoricum	fördert die Durchblutung der Darmwände	10
Nr. 4 Kalium chloratum	unterstützt die Drüsen	10
Nr. 5 Kalium phosphoricum	stärkt den Verdauungsapparat	20
Nr. 7 Magnesium phosphoricum	fördert die Darmperistaltik	20
Nr. 8 Natrium chloratum	baut die Darmschleimhaut auf	20
Nr. 10 Natrium sulfuricum	bindet die Schlacken im Dickdarm	10

Einlauf zur Fiebersenkung, zur Reinigung und bei Fastenkuren

Mineralstoff	Wirkung	Tabletten
Nr. 1 Calcium fluoratum	fördert die Elastizität der Darmwände	7
Nr. 3 Ferrum phosphoricum	aktiviert die Darmzotten und fördert die Durchblutung	10
Nr. 4 Kalium chloratum	unterstützt die Arbeit der Drüsen und die Entgiftung	7
Nr. 5 Kalium phosphoricum	stärkt den Verdauungsapparat, desinfiziert	7
Nr. 6 Kalium sulfuricum	bindet alte Schlacken	7
Nr. 7 Magnesium phosphoricum	fördert die Darmperistaltik	10
Nr. 8 Natrium chloratum	baut die Darmschleimhaut auf, reguliert den Flüssigkeitshaushalt	10
Nr. 10 Natrium sulfuricum	bindet die Schlacken im Dickdarm	10

Bei der Durchführung von Einläufen werden die angegebenen Mineralstoffe in ca. 1 Liter Wasser aufgelöst und die Lösung angewendet.

15.6 Der „Kater“ nach durchzechter Nacht

Im Fasching ist es schon dann und wann möglich, dass der Alkoholgenuss durch angeregte Gespräche oder den Spaß, die „Gaudi“, einmal über die Grenzen des Erträglichen geht, über das Maß hinaus, wie es der Körper noch gut vertragen kann. Am nächsten Tag hat man das Gefühl, als ob im Kopf ein Steinbruch eingerichtet worden wäre, so pocht und hämmert es ununterbrochen.

In diesem Fall ist das Nr. 3 Ferrum phosphoricum in rascher Abfolge eingenommen eine willkommene Hilfe. Wacht man allerdings am nächsten Tag mit einem Brummschädel auf, weil man die Getränke gewechselt hat oder es war vielleicht ein Glas minderwertiger Qualität dabei, bereichert um den Qualm von Zigaretten, dann ist Nr. 10 Natrium sulfuricum das Mittel der Wahl. Es hilft dem Körper, indem man alle drei Minuten eine Tablette im Mund zergehen lässt, die Belastungstoffe schnell abzubauen. Manchmal wirkt dann die Einnahme dieses Mineralstoffes rascher als so manches Kopfschmerzmittel.

15.6.1 Kopfschmerzen

Spannungskopfschmerz	Nr. 2 Calcium phosphoricum	Cremergel Nr. 2
pulsierend, pochend	Nr. 3 Ferrum phosphoricum	
stechend - rasch die Stelle wechselnd	Nr. 7 Magnesium phosphoricum	Heiße 7
Katerkopfschmerz, Brummschädel	Nr. 10 Natrium sulfuricum	
Dumpfer Kopfschmerz	Nr. 8 Natrium chloratum	
Clusterkopfschmerz	Nr. 19 Cuprum arsenicosum	
Migräne (beginnend) – heiße Lösung	Nr. 1 Calcium fluoratum + Nr. 7 Magnesium phosphoricum + Nr. 10 Natrium sulfuricum	

15.6.2 „Schützenfestmischung“,

Volksfest, Heuriger, Buschenschank, Wiesen, „Sulfidkläscher“: Nr. 3+5+8+9+10

15.7 Was macht der Organismus mit Schadstoffen, die er nicht ausscheiden kann?

Einlagern: Fettdickleibigkeit, Eiweißdickleibigkeit, Schadstoffdickleibigkeit

Folgen auch Altersflecken, notwendig: Fastenkuren – Entlastung – Zylindermodell Noack

15.8 Der verdammte Hunger auf Süßigkeiten bzw. Mehlspeisen

Viele Menschen leiden unter einer Übersäuerung ihres Körpers. Diese hat unmittelbar mit einem Mangel an Nr. 9 Natrium phosphoricum zu tun. Dieser Betriebsstoff hat drei besonders bedeutungsvolle Aufgaben. Er ist für die Regulierung des Fettstoffhaushaltes, den Umbau der Harnsäure in Harnstoff und den Zuckerabbau zuständig.

Der Organismus zeigt einen Mangel an den Betriebsstoffen auf seine ganz eigene Art an. Besonders wichtig ist dabei, dass die Sprache des Organismus verstanden wird, dass der Code entziffert wird. Nimmt man nämlich die Sprache wörtlich, dann wird der Mangel nur noch verstärkt und die Sucht wird immer größer.

Vorlieben/Ablehnung: An diesem Punkt sollte unbedingt die von vielen Menschen oft getätigte Aussage genau beachtet werden: „Mein Körper sagt mir, was ich brauche.“ Die Antwort ist: „Ja und nein! Wenn

ich die Sprache des Körpers verstehe, dann ist der Satz richtig. Wenn ich sie aber nicht verstehe, wird der Mangel noch verstärkt!“

Glust – Blanga - Gusto

So gibt es einige Vorlieben, die eindeutig auf ganz bestimmte Mängel hinweisen:

Bedürfnis nach Ablehnung von	Zusätzliche Maßnahme	Mineralstoff	Stück/Tag
• Milch		Calcium phosphoricum Nr. 2	10-20
• Geräuchertem		Calcium phosphoricum Nr. 2	10-20
• Ketchup		Calcium phosphoricum Nr. 2	10
• Senf		Calcium phosphoricum Nr. 2	10
• Leber, Leberstreichwurst		Ferrum phosphoricum Nr. 3	10
• Nüssen, Milkschokolade		Kalium phosphoricum Nr. 5	10-20
• Schokolade, dunkel		Magnesium phosphoricum Nr. 7	10-30
• Salz		Natrium chloratum Nr. 8	10-30
• Mehlspeisen	BaseCare Bad	Natrium phosphoricum Nr. 9	10
• Weißbrot	BaseCare Bad	Natrium phosphoricum Nr. 9	10
• Nudeln		Natrium phosphoricum Nr. 9	10
• Fett	BaseCare Bad	Natrium phosphoricum Nr. 9	10
• Süßigkeiten	BaseCare Bad	Natrium phosphoricum Nr. 9	10-30
• Hirse		Silicea Nr. 11	10

Schwangere: Essiggurkerl – Schwedenbombe – Leberkässemmel – Sachertorte – Speckbrot – Kaiserschmarrn - ...

Die besonderen Neigungen verlieren sich nach einer bestimmten Zeit der Einnahme der Funktionsmittel, wie sie Dr. Schüßler gefunden hat und zubereiten lässt.

15.9 Wenn die Kälte so besonders zusetzt - Spannung

Hat jemand in der Kindheit belastende Erlebnisse hinter sich bringen müssen, dann ist ihm die Angst vertraut unter der er immer wieder die Fortsetzung der bedrohlichen Erfahrungen befürchtet hat. Aber es kann auch jemand, der eine sogenannte glückliche Jugend erleben durfte, mit Angst konfrontiert sein, wenn ihm Laufe seiner Erziehung immer wieder Bilder eingepflegt wurden, die eine Bedrohung seines Lebens zum Inhalt hatten. „Paß auf, dass du dich nicht verkühlst, dass du dich nicht verschluckst, dass du dir nicht weh tust, ...“ Es sind das dann die übervorsichtigen Eltern, die hinter allem und jedem eine Bedrohung vermuten.

Wenn die Angst in einen Menschen eingezogen ist, dann beginnen sich im Körper die Muskeln zu verkrampfen. Um die Spannung aufrecht zu erhalten, benötigen sie sehr viel Energie. Die Durchblutung an der Körperoberfläche ist eingeschränkt, wodurch ein Kältegefühl entsteht. Die Spannung der Muskeln, die einen Schutz darstellen soll, einen Muskelpanzer, verbraucht sehr viel von Nr. 2 Calcium phosphoricum. Ein Mangel an diesem Mineralstoff führt unter anderem auch zu Muskelkrämpfen.

Es ist ganz verständlich, dass solcherart belastete Menschen ganz besonders unter den kalten Zeiten im Jahr zu leiden haben. Sie sollten vom Nr. 2 Calcium phosphoricum täglich 10-20 Tabletten im Mund zergehen lassen, damit die Spannung der Muskeln gelockert wird.

Vielleicht wäre auch eine Beratung in ihrem speziellen Problem zu empfehlen, denn das wird durch die Einnahme der Mineralstoffe leider nicht geringer.

Hoher Tonus der Muskeln, Spannung in den Muskeln, kalte Hände und Füße: Nr. 2 Calcium phosphoricum

15.9.1 Muskelkrämpfe

Kalzium ist der Betriebsstoff für das Filamentgleiten der Muskelfasern. Dadurch sind vor allem die Bewegungen der willkürlichen Muskeln möglich, durch die wir uns bewegen, mit denen wir handeln, aber wo wir auch einen Mangel an diesem Betriebsstoff zu spüren bekommen. Muskelkrämpfe sind die Folge. Dies vor allem, wenn die Säure in den Muskeln überhand nimmt. Da mit Nr. 7 Magnesium phosphoricum die Leistungsfähigkeit der Muskeln aufgebaut wird, ist

eine Kombination von Nr. 2 Calcium phosphoricum und Nr. 7 Magnesium phosphoricum sehr empfehlenswert.

Muskelkrämpfe - Wadenkrämpfe (*Gelenkecreme Regidol*),

Muskelkrämpfe vor allem schwangerer Frauen (anstatt des Magnesiumpräparates),

Taubheitskribbeln (*Gelenkecreme Regidol*)

Überanstrengungskopfschmerz (Cremegel Nr. 2 im Nacken)

hoher Tonus der Muskeln – **kalte Hände und Füße**

Einnahme: 1. Stufe: Nr. 2+7

2. Stufe: Nr. 2+7+9+11

3. Stufe: Nr. 2+3+5+7+8+9+11

Kälteempfindlichkeit auch: Nr. 8 Natrium chloratum - Wärmeregulierung

(Verschreckt: Nr. 12 Calcium sulfuricum)

15.9.2 Taubheitskribbeln

Wenn sich die Muskeln entlang des Rückgrats spannen oder gar verspannen, aus welchen Gründen immer, dann werden die Rückenwirbel zusammengedrückt. Oft sind hier auch psychische Ursachen zu finden. Die Wirbel drücken auf die Bandscheiben und diese auf den jeweils austretenden Nerv. Wir spüren allerdings nicht die Stelle, an der der Nerv gedrückt wird, sondern den Verlauf des Nerven in Form eines Kribbelns, wie Ameisenlaufen. Dieses kann die Arme vorwandern, die Beine hinunter oder auch den Bauch nach vorne. Werden dann Tabletten von Nr. 2 Calcium phosphoricum in relativ hoher Dosis eingenommen, jede halbe bis Viertelstunde eine, und die äußere Anwendung in Form von Gel.Creme Regidol begleitend eingesetzt, kann Linderung bis Lösung der Spannung eintreten. Allerdings sollte beachtet werden, was die Ursache der Spannung ist.



15.10 Sehnenzerrung

Bei einer Sehnenzerrung wird aus folgenden Mineralstoffen ein Brei gemacht und aufgelegt, Regeneration dauert bei Sehnen besonders lang, oft länger als bei Knochenbrüchen. Die Sehnen trocknen vor allem bei Flüssigkeitsmangel und Überlastung durch Säure aus, werden spröde, reißen.

Schwellungen kann vorgebeugt und Schmerzen gelindert werden – Brei (für einen verstauchten Finger): Je 40 Tabletten von Nr. 3 Ferrum phosphoricum, Nr. 5 Kalium phosphoricum, Nr. 8 Natrium chloratum und je 10 Tabletten von Nr. 1 Calcium fluoratum und Nr. 11 Silicea. Das ist ein Brei für einen verstauchten Finger, bei größeren Gelenken ein entsprechend Vielfaches. Sind die Schmerzen beim Abklingen kann auch ein Cremegel aus derselben Mischung oder Gel.Creme Regidol angewendet werden.

Zur Unterstützung wird diese Mineralstoffmischung auch eingenommen, von jeder Nummer 10 Tabletten: Nr. 1 Calcium fluoratum + Nr. 3 Ferrum phosphoricum + Nr. 5 Kalium phosphoricum + Nr. 8 Natrium chloratum + Nr. 11 Silicea (+Nr. 9 Natrium phosphoricum bei längerer Anwendung)

Zerrung, Prellung, Verstauchung

Brei: 3 + 5 + 8 je 40 Stück, 1 + 11 je 10 Stück, *Gel. Creme Regidol*

Einnahme: 1. Stufe: Nr. 3

2. Stufe: Nr. 1+3+9+11

3. Stufe: Nr. 1+3+5+8+9+11

15.11 Erkältungskrankheiten - Temperatursteuerung

Die Temperatur des Körpers wird durch Oxidation erzeugt, in dem sich Sauerstoff mit Kohlenstoff verbindet und dabei das Kohlendioxid entsteht, wie schon beim Mineralstoff Ferrum phosphoricum beschrieben. Der Vorgang dieser Verbindung benötigt komplizierte Vorgänge, damit die Temperatur konstant gehalten werden kann. Wird jedoch diese konstante Temperatur des Körpers durch äußere Einflüsse verändert, muss ein Mechanismus einsetzen, der die Temperaturschwankungen ausgleicht.

Im Winter werden bei tiefen Temperaturen die Poren der Haut verschlossen, so dass keine Flüssigkeit mehr nach außen dringen kann. Die an der Oberfläche des Körpers unter der Haut gelegene abgekühlte Flüssigkeit wird abgezogen und durch erwärmte Flüssigkeit ausgetauscht. Auf diese Weise dringt die Kälte immer tiefer in den Körper ein, wenn nicht rechtzeitig ein Ausgleich durch genügende Erwärmung geschaffen wird.

Im Sommer wird bei zu starker Erwärmung der Temperaturschwankung einerseits durch Verdampfung von Flüssigkeit auf der Haut erreicht. Die Flüssigkeit dringt durch die Haut an die Oberfläche und die Wassermoleküle mit der größten Energie verflüchtigen sich, wodurch die Energie des Körpers reduziert wird, damit auch seine Temperatur. Andererseits wird die an der Oberfläche erwärmte Flüssigkeit abgezogen und

durch eine kühlere aus dem Inneren des Körpers ersetzt. Damit steigt aber insgesamt die Körpertemperatur, wodurch von vornherein Grenzen für diesen Vorgang gesetzt sind.

In der Sauna erhöht sich bei jedem Saunagang die Temperatur auf über 38°, was nachher einer vernünftigen Abkühlung bedarf (vor allem muss der Kopf abgekühlt werden, weil sonst in ihm ein zu hoher Druck entsteht). Für beide Vorgänge, den im Winter, aber auch für den im Sommer, verbraucht der Organismus Nr. 8 Natrium chloratum, weil die Vorgänge mit der Steuerung von Flüssigkeit verbunden sind. Zu Beginn werden die Mineralstoffe aus den Arbeitsspeichern, den kurzfristig zur Verfügung stehenden, entnommen. Dauert aber der Vorgang länger und wird der Mineralstoff nicht aufgefüllt, muss der Organismus auf die Langzeitspeicher im Gewebe zurückgreifen. So ist es verständlich, dass der wässrige **Schnupfen** im Winter ebenso wie im Sommer auftreten kann. Aus den Schleimhäuten der Nase werden die Natrium chloratum Moleküle entnommen, wodurch der glasklare Schleim seinen Halt verliert und ausfällt.

Zur **Vorbeugung einer Erkältungskrankheit** sollte je eine Tablette Nr. 3 Ferrum phosphoricum jede Stunde und Nr. 8 Natrium chloratum jede halbe Stunde regelmäßig eingenommen werden oder Zell Immuferin.

Zell Immuferin: Nr. 3 Ferrum phosphoricum + Nr. 4 Kalium chloratum + Nr. 8 Natrium chloratum + Nr. 9 Natrium phosphoricum + Nr. 21 Zincum chloratum + Nr. 26 Selenium



15.12 Fließschnupfen (wässrig), Nebenhöhlenprobleme

Schnupfen (glasklarer Rotz): Nr. 8 Natrium chloratum + Cremegel Nr. 8 + Nasentropfen mit Nr. 8

Zubereitung: Nasentropfen: 40 ml Wasser, 2 Tabletten Nr. 3 Ferrum phosphoricum + 4 Tabletten Nr. 8 Natrium chloratum in Wasser geben, lösen lassen. Die klare Flüssigkeit in ein Tropffläschchen dekantieren (in der Apotheke - filtrieren). Die Tropfen so oft wie möglich verwenden. Diese Nasentropfen kühl aufbewahren und alle 2-3 Tage neuerlich zubereiten.

rinnende Nase, „Tröpfchen“ an der Nase: Nr. 8 Natrium chloratum + Cremegel Nr. 8

Stockschnupfen: Nr. 12 Calcium sulfuricum + Evocell äußerlich + Nasentropfen (aus den angegebenen Mineralstoffen - eventuell die der 2. Stufe) Die Schleimhäute sind kompaktiert

Einnahme: 1. Stufe: Nr. 12 (+ 9 + 10)

2. Stufe: Nr. 3 + 8 + 12 + 9 + 10

3. Stufe: Nr. 3 + 4 + 8 + 12 + 9 + 10

Trockene, rissige Nasenschleimhaut: Nr. 1 Calcium fluoratum + Nr. 3 Ferrum phosphoricum + Nr. 8 Natrium chloratum + Cremelmischung aus oben genannten Mineralstoffen + Nasentropfen aus den genannten Mineralstoffen wie bei Schnupfen beschrieben.

15.12.1 Nasennebenhöhlen

Wenn durch einen Mangel an Nr. 8 Natrium chloratum in den Stirn-, Nasen- und Kieferhöhlen der Betriebsstoff aus seinem Verband mit dem Mucin, dem Schleimstoff, gelöst wurde, füllt der anfallende Schleim diese Höhlen an. Das kann durch den damit allmählich entstehenden Druck mit der Zeit äußerst schmerzhaft werden. In diesem Fall sollte der Mineralstoff nicht nur eingenommen werden (alle paar Minuten 1 Tablette), sondern auch äußerlich als Brei oder Kompresse aufgelegt werden.

15.13 Niederes Fieber, Fieber der Kinder

Hat der Organismus besondere Leistungen zu vollbringen, verbraucht er immer sehr viel von Nr. 3 Ferrum phosphoricum. Das ist natürlich im Winter der Fall. Da hat er sehr viel für die Erhaltung der Körpertemperatur zu tun, wofür sehr viel Sauerstoff in den Zellen benötigt wird. Bevor der Vorrat an diesem so wichtigen Mineralstoff zur Neige geht, greift der Organismus zu Notmaßnahmen.

Damit die Transportarbeit im Körper dann trotzdem reibungslos vor sich geht, es handelt sich dabei um den Stoffwechselumsatz, wird die Betriebstemperatur des Körpers erhöht. Dabei erhöht sich die Geschwindigkeit, mit der das Blut durch die Adern fließt und ein Ausgleich für die fehlenden Transportmittel ist geschaffen.

Wir nennen diese Erhöhung der Betriebstemperatur Fieber und sind all zu leicht in Versuchung, es traditionellerweise mit fiebersenkenden Mitteln zu bekämpfen. Gelingt das, unterbleiben im Körper wichtige Prozesse, die für die Gesundheit notwendig wären. Es werden Hypotheken geschaffen, die irgendwann einmal eingelöst werden müssen.

Bekommt der Organismus allerdings den so dringend benötigten Betriebsstoff, das Nr. 3 Ferrum phosphoricum zur Verfügung gestellt, erübrigt sich die Erhöhung der Betriebstemperatur und das Fieber

geht zurück und verschwindet. Die Biochemie nach Dr. Schüßler bekämpft also das Fieber nicht, sondern macht es überflüssig.

Einnahme: Nr. 3 Ferrum phosphoricum eine Tablette nach der anderen, nach dem Abklingen in niedriger Dosierung (5 - 7 Tabletten/Tag) noch längere Zeit einnehmen.

15.14 Hohes Fieber - Arzt!

Mundgeruch!

Bei sehr hohem Fieber, über 38,8° Celsius, bringt Nr. 5 Kalium phosphoricum Hilfe. Es muss dann alle drei Minuten eine Tablette eingenommen werden.

In diesem Fall muss aber auf jeden Fall auf die große Verantwortung hingewiesen werden, die jeder hat, der mit diesem Mineralstoff das hohe Fieber senken will.

Es zehrt nämlich sehr an den Kräften des Kranken und ab einem gewissen Zeitpunkt ist es dann ratsam, den Arzt zu Rate zu ziehen. Nach dem Absinken des Fiebers kann man dann immer noch die Folgen des Einsatzes so starker Mittel mit den entsprechenden Mineralstoffen nach Dr. Schüßler abbauen.

Einnahme: Nr. 5 Kalium phosphoricum eine Tablette nach der anderen, nach dem Abklingen in niedriger Dosierung (5 - 7 Tabletten/Tag) noch längere Zeit einnehmen

15.15 Entzündungen – Wehret den Anfängen

Wenn sich der Organismus mit eindringenden Krankheitserregern auseinandersetzen muss, oder an bestimmten Stellen des Körpers besondere Anforderungen an den Stoffwechsel entstehen, dann müssen diese bevorzugt versorgt werden. Bei einem bestehenden Defizit an Nr. 3 Ferrum phosphoricum ist das schwer möglich, weshalb eine große Mengen an Blut an diese Stellen befördert werden muss: Die Stellen werden rot, warm, klopfen, pulsieren und pochen.

15.15.1 Halsschmerzen, Halsweh, Heiserkeit

Diese Beschwerden stellen sich bei einem Mangel an Nr. 3 Ferrum phosphoricum ein. Es sollte am Beginn jede Viertelstunde eine Tablette verabreicht werden, um eine Verschlimmerung zu verhindern. Ist der erste Ansturm abgewehrt, reicht eine Tablette pro Stunde. Cremegel Nr. 3 am Hals auftragen – die Wiederholung führt zum Ziel

15.15.2 Ohrenschmerzen

Bestehen diese Anforderungen im Ohr, dann wird relativ viel Blut durch die feinen Gefäße des Gehörorgans gepumpt und es entstehen, Ohrenschmerzen. Wird dann alle 5 bis 10 Minuten eine Tablette von Nr. 3 Ferrum phosphoricum gegeben, gehören diese Schmerzen rasch der Vergangenheit an. Es besteht die Möglichkeit, dass ein Druck im Ohr zurückbleibt, der durch eine rasche Gabe von Nr. 12 Calcium sulfuricum in Verbindung mit Nr. 10 Natrium sulfuricum behoben wird. So manches Antibiotikum könnte durch eine rechtzeitige Gabe dieses Mineralstoffes den Kindern erspart bleiben,

15.15.3 Mittelohrentzündung

Werden allerdings die ersten Boten eines Mangels an diesem Mineralstoff nicht beachtet oder durch Unwissenheit nicht berücksichtigt, schreitet die Entzündung weiter, das Immunfeld wird geschwächt, Krankheitserreger breiten sich aus und eine Mittelohrentzündung ist die Folge. Diese benötigt aber dann neben der notwendigen medizinischen Behandlung eine gut ausgewählte Kombination der Mineralstoffe nach Dr. Schüßler.

15.15.4 Angina

Eine weitere Form der Entzündung ist die Angina. Der Hals- und Rachenbereich ist in seinem Immunfeld belastet und muss verstärkt versorgt werden. Es kommt zu der bekannten Rötung, die durch eine rasche Versorgung mit **Nr. 3 Ferrum phosphoricum** beendet werden kann. Werden die ersten Vorboten wie bei den Ohrenschmerzen aus welchen Gründen immer nicht berücksichtigt, entsteht die eitrige Angina deren Hauptmittel Nr. 12 Calcium sulfuricum ist.

Immer, wenn es zu einem Mangel Nr. 3 Ferrum phosphoricum kommt, versucht der Organismus das durch einen vermehrten Antransport von Blut auszugleichen. Deshalb kommt es an den betroffenen Stellen zu einem rhythmischen pulsierenden Pochen. Grundsätzlich zeigen alle klopfenden, pulsierenden, pochen- den oder bei Bewegung stärker werdende Schmerzen ein Defizit an diesem Mineralstoff an, ganz gleich ob das klopfende Kopfschmerzen, das Pochen im entzündeten Zahn oder Gelenk oder das pulsierende Pochen im Abszess ist. Meistens sind dann die betroffenen Stellen auch rot und erwärmt, weitere Zeichen für einen Mangel an Nr. 3 Ferrum phosphoricum.

15.15.5 Probleme beim Druckausgleich, Druck im Ohr

Einnahme: Nr. 12+10+(9)

Cremegel Nr. 10 hinter dem Ohr auftragen

15.15.6 Weißer Zungenbelag

Im Verdauungstrakt sind sehr viele Drüsen angesiedelt. Nr. 4 Kalium chloratum ist der Hauptbetriebsstoff für die Drüsen. Wenn ein Mangel an diesem Mineralstoff im Verdauungstrakt auftritt, kommt es zu einem weißen Zungenbelag. Das ist häufig bei Fastenkuren zu beobachten und sollte unbedingt beachtet werden, damit es zu keinen nachhaltigen Belastungen des Körpers kommt.

15.16 Grippaler Infekt

Das Eisen transportiert nicht nur Sauerstoff, sondern dient dem Transport vieler Stoffe im Körper. Es unterstützt daher den Stoffwechsel im Körper überhaupt. Wird also durch besondere Beanspruchung, wie zum Beispiel Kälte im Winter oder Hitze im Sommer, sehr viel Eisen aus den aktuellen Speichern verbraucht und auch wertvolle Substanz schon abgebaut, steht von diesem Mineralstoff nicht mehr viel zur Verfügung. Außerdem muss der Organismus auf Reserven zurückgreifen können, welche er in guten Zeiten anlegen konnte, so dass er immer über eine gewisse Menge verfügt.

Will dann der Organismus nach einem ausgiebigen Aufenthalt im Freien bei großer Kälte seine Reparaturarbeiten, Instandsetzungsarbeiten oder was immer durchführen, steht das Eisen nicht mehr im gewünschten Maße zur Verfügung. Damit der Transport der nötigen Mittel aber trotzdem gut vonstatten geht, muss der Organismus zu einer Notmaßnahme greifen. Er erhöht die Betriebstemperatur, wodurch der Stoffwechsel auch schneller erfolgt und dadurch die notwendigen Mittel dem Bedarf entsprechend transportiert werden können.

Der Bereich dieser erhöhten Temperatur liegt zwischen 37° und 38,8°. Bei der oberen Grenze gibt es einen Spielraum von 0,3°. Es bleibt dem Berater oder Mineralstoffkundigen überlassen, ab wann für ihn das hohe Fieber einsetzt, welches das Kalium phosphoricum benötigt. Auch ist das von Fall zu Fall verschieden. Im Zweifelsfall können durchaus beide Mittel zugleich eingesetzt werden.

Die bei einer erhöhten Temperatur verabreichten Tabletten senken das Fieber nicht. Sie versetzen, wie schon beschrieben, den Organismus in die Lage, die erforderlichen Transporte einwandfrei durchzuführen, wodurch die Erhöhung der Temperatur überflüssig wird; die Notwendigkeit der Erhöhung der Betriebstemperatur wird aufgehoben.

Der Organismus braucht offensichtlich für die Aufnahme von Ferrum phosphoricum sehr lange und vor allem eine Zeit, in der sich der Körper in Ruhestellung befindet. Menschen, die sehr wenig schlafen, haben einen hohen Mangel an Ferrum phosphoricum. Bei Belastungen am Schlafplatz kommt der Organismus nicht zur Ruhe und kann seinen Ferrum phosphoricum Haushalt nicht in Ordnung bringen. Sehr häufig ist in diesem Zusammenhang das Phänomen des Gehörsturzes zu beobachten. Wie schon ausgeführt, ist das Ohr besonders von einer guten Versorgung mit Ferrum phosphoricum abhängig.

Bei allzu großem Schlafdefizit entsteht nicht nur eine Abwehrschwäche, sondern auch ein Mangel an Ferrum phosphoricum, verbunden mit einer Neigung zu Erkrankungen, welche mit niedrigem Fieber verbunden sind. Es handelt sich dabei um Menschen mit einem schwachen Immunfeld, es kommt leicht zu Verkühlungen, die Neigung zu Erkrankungen nimmt überhaupt zu, man „fängt alles auf“. Bei zu wenig Sauerstoff im Blut können die Erreger nicht oxidiert werden.

Wenn der Organismus durch zu wenig Ruhephasen die Regenerations- und Entschlackungsarbeit nicht leisten konnte, entsteht ein großer Rückstau an ausscheidungsnotwendigen Substanzen. Ist der Rückstau zu groß, greift der Organismus auch hier zu Notmaßnahmen, wie die Erhöhung der Körpertemperatur. Bevor er jedoch zu dieser Maßnahme greift, signalisiert er, wie weit die Not im Körper schon fortgeschritten ist. Der Betroffene fühlt sich in all seinen Gliedern wie zerschlagen. Es ist dies das erste Zeichen für einen grippalen Infekt, der einen Reinigungsprozess darstellt, zum Unterschied von einer echten Virusgrippe.

zerschlagenes, bleiernes Gefühl in den Gliedern

Geht die Anhäufung der Schlacken zu weit, wird das Häferl zum Überlaufen gebracht, ist das in einem Gefühl von zerschlagenen, matten Gliedern zu spüren. (Zylindermodell nach Noack) Dieses ist das Vorzeichen eines grippalen Infekts, der im Grunde genommen ein Reinigungsprozess ist. Der Schüttelfrost, der den Vorgang begleitet, ist der Versuch des Organismus auf dem Wege der Verengung der ableitenden Gefäße, die überschüssige Schlackenflüssigkeit los zu werden. Wenn es durch unverzügliche Einnahme von Natrium sulfuricum, eine Ruhephase und kurzfristigen Verzicht auf jede belastende Nahrung gelingt, die Verschlackung zu reduzieren, kann die Erkrankung abgewehrt werden.

Einnahme: 30 Tabletten von Nr. 10 und 10 Tabletten von Nr. 3. Die Mischung oftmals bis zum Abklingen der Empfindung einnehmen.

Reissen und Ziehen in den Gelenken, Anhäufung von Schadstoffen und Säuren im Stoffwechsel

Einnahme: Nr. 3+9+10, BaseCare Bad – basisches Bad



Niederes Fieber, erhöhte Temperatur: Nr. 3 Ferrum phosphoricum eine Tablette nach der anderen, nach dem Abklingen Zell Immuferin

Grippaler Infekt, Verkühlung: Nr. 3 Ferrum phosphoricum + Nr. 4 Kalium chloratum + Nr. 8 Natrium chloratum

Immunfeldstärkung Infektanfälligkeit, Abwehrschwäche, Grippevorbeugung)

Einnahme: Zell Immuferin

Einnahme: 1. Stufe: Nr. 3 (1 Tablette nach der anderen)

2. Stufe: Nr. 3+5+8

3. Stufe: Nr. 3+4+5+8+9+10

Adler Ortho Aktiv Nr. 3

15.16.1 Bettruhe ist manchmal notwendig

Das Zerschlagenheitsgefühl, wie Blei in den Gliedern, verlangt eigentlich nach Natrium sulfuricum Nr. 10.

Bahnt sich eine Grippe an, werden noch am Abend 30 Tabletten von Natrium sulfuricum Nr. 10 und 10 Tabletten von Nr. 3 Ferrum phosphoricum genommen und am nächsten Tag ist es, als ob nichts gewesen wäre (wahrscheinlich).

Wird allerdings dieses Signal überhört, bleibt dem Organismus nichts anderes übrig, als zu drastischeren Maßnahmen zu greifen. Er erhöht die Temperatur, um die allzu lange aufgestaute Entschlackungsarbeit leisten zu können. Dadurch wird der Stoffwechsel beschleunigt, was den Mangel an Ferrum phosphoricum ausgleicht, der ja durch die zu geringen Erholungsphasen zusätzlich entstanden ist.

Die Bettruhe hilft dem Organismus auf zwei Ebenen. Erstens wird durch die Ruhestellung der Bedarf an Ferrum phosphoricum enorm reduziert und zweitens der weitere Anfall von Abfallstoffen ebenfalls drastisch herabgesetzt. Da keine körperlichen Tätigkeiten anfallen, wird das Eisen auch aus den Muskelzellen entnommen. Wenn durch eine großzügige Gabe an Ferrum phosphoricum die Temperatur sehr bald sinkt, sollte der Erkrankte sich jedoch noch nicht so schnell wieder der vollen Belastung aussetzen, da der Organismus noch einige Zeit für die Wiederherstellungsarbeiten benötigt. Auch ist er durch den Eisenverlust in den Muskeln noch einige Zeit „wackelig“ auf den Beinen. *„Keine Bäume ausreißen! Wenn dann nur ganz kleine!“*

Verbunden mit dem Entschlackungsvorgang ist meistens auch noch jener Schnupfen, welcher auf einen Bedarf an Natrium chloratum hinweist und ein schleimiger weißer Husten der einen Bedarf an Kalium chloratum aufzeigt.

Einnahmeempfehlung für leichte Grippe (grippaler Infekt)

Mineralstoff	Stück/Tag
Nr. 3 Ferrum phosphoricum	10
Nr. 4 Kalium chloratum	7
Nr. 5 Kalium phosphoricum	7
Nr. 6 Kalium sulfuricum	7
Nr. 8 Natrium chloratum	10
Nr. 10 Natrium sulfuricum	10 - 20

Einnahme: eine Tablette nach der anderen im raschen Wechsel, nach dem Abklingen in niedriger Dosierung (5 - 7 Tabletten/Tag) noch längere Zeit einnehmen

Von den Komplexmitteln: Zell Immuferin

15.17 Rissige Haut auf Händen und Füßen

Die oberste Schicht der Haut wird hauptsächlich durch den Hornstoff, das Keratin, gebildet. Dieser Hornstoff wird durch Nr. 1 Calcium fluoratum elastisch und so biegsam, dass wir in der Regel nicht feststellen können, dass ein so harter Stoff die Oberfläche der Haut bildet.

Nr. 1 Calcium fluoratum ist im Körper für alle Elastizitätsleistungen zuständig. Darunter fallen unter anderem folgende Vorgänge im Körper:

- Bei jedem Herzschlag dehnen sich die Adern und müssen sich zusammenziehen.
- Wenn Bänder gedehnt werden, müssen sie nachher wieder in ihre alte Lage zurückkehren.
- Bei jeder Schwangerschaft wird der Bauch enorm gedehnt und muss sich dann wieder zusammenziehen.
- In der Kälte ziehen sich alle oberflächlichen Gewebe und Gefäße zusammen und verhindern einen belastenden Wärmeverlust.
- In der Wärme dehnen sich alle Gewebe und Gefäße und müssen sich bei Abkühlung wieder zusammenziehen.

Manche Menschen haben eine harte Handinnenfläche, die ebenfalls durch einen Mangel an Nr.1 Calcium fluoratum entsteht. Hier helfen keine Fettcremen, wie betroffene Menschen berichten können, sondern ausschließlich dieser Mineralstoff in einer geeigneten äußeren Anwendung zusätzlich zur Einnahme.

Bei einer großen Trockenheit in der Haut, am Körper und auch an der Kopfhaut, schuppt der Hornstoff in kleinen weißen rieselnden Schuppen ab. Hier muss zusätzlich zu Nr. 1 Calcium fluoratum auch der Betriebsstoff auch für den Flüssigkeitshaushalt berücksichtigt werden, Nr. 8 Natrium chloratum.

Schwielen, Hornstoffaustritt (bes. an den Fersen),

Risse auf Händen, Schrunden, Risse, harte Handinnenfläche (Askinel: 1+3+5+8+11) und

Lippen (Balsalip/Cremalip: 1+3+8+10+11) Verhärtungen – Narben, Hühneraugen, Hornhaut, Dupuytren Kontraktur, Karpaltunnelsyndrom, Dampfpflege

Einnahme: 1. Stufe: Nr. 1

2. Stufe: Nr. 1+9+11

3. Stufe: Nr. 1+3+5+8+9+11

Elastoflex Adler Ortho Aktiv Nr. 1, Askinel



15.17.1 Rissige oder trockene Lippen, eingerissene Mundecken, Neigung zu Herpes

Vor allem im Winter, wenn die Haut extremen Belastungen ausgesetzt wird, verliert die oberste Schicht der Haut, die Hornschicht Nr.1 Calcium fluoratum. Dieser Betriebsstoff wird eingesetzt, um die Elastizität zu leisten, die bei den extremen Temperaturunterschieden erforderlich ist. Dadurch verliert der oberflächliche Hornstoff seine Elastizität und wird brüchig, raue Haut ist die Folge. Wenn die Anforderungen steigen, kommt es zu Rissen und Schrunden. Dies ist im Winter der Fall und vor allem an den Hautstellen, die mit Kälte konfrontiert sind, an den Händen und im Gesicht. Die äußerliche Anwendung bietet hier eine ausgezeichnete Gelegenheit, die Mineralstoffe nach Dr. Schüßler anzuwenden.

Einnahme: 1. Stufe: Nr. 1

2. Stufe: Nr. 1+9+11

3. Stufe: Nr. 1+3+5+8+9+11

Balsalip, Cremalip



15.17.2 Die raue Haut haben wir im Winter!

Im Winter müssen sich die Gewebe und oberflächlichen Gefäße bei jedem Wechsel der umgebenden Temperatur, wenn wir also in die Kälte hinausgehen und dann wieder aus ihr in die geheizten Räume zurückkehren, zusammenziehen und dann wieder dehnen. Dabei wird sehr viel von dem Betriebsstoff Nr. 1 Calcium fluoratum verbraucht. Er wird dabei auch aus der obersten Schicht der Haut, dem Hornstoff entzogen, wodurch dieser seine Elastizität verliert und reißt. Die Haut wird rau oder gar rissig. Die Einnahme von Nr. 1 Calcium fluoratum und das oberflächliche Auftragen als Cremegel hilft dann überraschend schnell. Bei der äußeren Anwendung ist es empfehlenswert Nr. 1 Calcium fluoratum in Verbindung mit Nr. 11 Silicea zu verwenden.

15.17.3 Brüchige Fingernägel

Durch den hohen Verschleiß an Nr. 1 Calcium fluoratum und Nr. 11 Silicea im Winter leiden unter Umständen die Fingernägel.

Bei einem Mangel an Calcium fluoratum Nr. 1 sind sie entweder sehr weich oder splitternd wie Glas, bei einem Mangel an Silicea Nr. 11 sind sie brüchig und lösen sich in Schichten auf.

Hand&Nail der Adler Pharma



15.17.4 Askinel Adler Pharma – Hautschutz und Hautpflege

Kälteschutz – Hautschutz – Hautpflege, das sind die Themen dieser „Allround“ Creme.

Askinel ist eine fette Creme. Sie schützt die Haut vor zu starker Kälteeinwirkung, besonders im Gesicht, während des Aufenthalts im Freien in der Winterzeit. Durch den hohen Gehalt an Shea Butter und anderen wertvollen pflanzlichen Ölen (Mandel- und Avocadoöl) eignet sich Askinel zur täglichen Hautpflege für die ganze Familie. Neben Avocadoöl, sind auch das wertvolle Vitamin E und Bienenwachs eingearbeitet. Alle diese wertvollen Fette und Öle unterstützen die Wirkung der enthaltenen hoch verdünnten Mineralstoffe.

Calciumfluorid in hoch verdünnter Form fördert die Elastizität der Haut und den Abbau von zu starker Hornhautbildung. Problemen, wie rissigen Hautstellen, rissigen bzw. schrundigen Händen kann durch regelmäßiges Anwenden von Askinel wirksam vorgebeugt werden.

Askinel Adler Pharma wird besonders in der Übergangszeit und im Winter als Handcreme verwendet. In dieser Jahreszeit gibt es oft aufgesprungene und schmerzende Fingerkuppen.

Wenn an den Füßen starke Hornhautbildung, eventuell sogar mit rissigen Fersen, zum Problem wird, kann Askinel Abhilfe schaffen.



Askinel unterstützt die Hautregeneration durch den Gehalt an Kaliumphosphat und Natriumchlorid in hoch verdünnter Form und dem wertvollen Panthenol, das in diese Fettcreme eingearbeitet ist.

Ein besonders sensibles Thema in der Winterzeit sind überheizte Räume und zu trockene Raumluft. Durch die regelmäßige Anwendung von Askinel wird der Feuchtigkeitshaushalt der Haut reguliert, deshalb kann diese Creme zur täglichen Gesichtspflege im Winter verwendet werden. Bei Bedarf kann Askinel über jede andere Gesichtsschmierung aufgetragen werden.

Im Sommer kann Askinel bei Wassersport, wie Tauchen hilfreich vor Kälte schützen. Beim Segeln besteht die Gefahr des Austrocknens der Haut durch die Windeinwirkung, auch hier hilft Askinel wirksam.

Harte, störende Narben werden durch regelmäßige Massage mit Askinel weich und geschmeidig.

Die große Bandbreite der Verwendungsmöglichkeiten für dieses Produkt macht aus Askinel Adler Pharma eine richtige Universalpflegecreme für die ganze Familie.

15.17.5 Schrunden

Soft Feet

Tritt der Hornstoff vermehrt aus dem Körper aus, entsteht eine Hornhaut. Treten in dieser Risse auf, dann sprechen wir von Schrunden. Sie werden ebenfalls durch das Nr. 1 Calcium fluoratum innerlich und äußerlich als Cremegel behandelt.

15.18 Erfrierungen (Frostbeulen)

Evocell

Wenn Erfrierungen im warmen Raum wieder aufgehen, so entstehen starke Schmerzen. Die Blutzirkulation stellt sich wieder ein, was durch Gaben von Nr. 3 Ferrum phosphoricum gut unterstützt werden kann (zu Beginn alle drei Minuten eine Tablette). Sterben Zellen durch Erfrierungen allerdings ab, so werden diese durch Nr. 10 Natrium sulfuricum abgebaut. Auch in diesem Fall ist es angebracht innerlich und äußerlich einzuwirken.

15.19 Beinbruch

Hauptnummer: Calcium phosphoricum Nr. 2

Leider kommt es hauptsächlich im Winter immer wieder vor, dass sich jemand das Bein bricht. Da der gebrochene Knochen durch eine Gipshülle geschützt wird, bis er wieder zusammengewachsen ist, gibt es keine äußere Anwendung, aber auch durch die Einnahme kann sehr viel erreicht werden. Die angegebene Mischung sollte täglich eingenommen werden. Sie hat schon vielen bei einer raschen Regeneration des gebrochenen Knochens geholfen.

Nr. 1 Calcium fluoratum	Oberfläche und Elastizität des Knochens	10 Tabletten
Nr. 2 Calcium phosphoricum	Knochenbildung	15 Tabletten
Nr. 3 Ferrum phosphoricum	Förderung der Durchblutung	7 Tabletten
Nr. 5 Kalium phosphoricum	Energie zur Regeneration	7 Tabletten
Nr. 8 Natrium chloratum	Neubildung von Gewebe	7 Tabletten
Nr. 11 Silicea	Bindegebe im Knochen	7 Tabletten
Nr. 17 Manganum sulfuricum	Kallusbildung	7 Tabletten
Nr. 22 Calcium carbonicum	Härte der Knochen	5 Tabletten

15.20 Bronchitis

Die Bronchien sind der Speicher für das Nr. 4 Kalium chloratum. Es ist der Betriebsstoff für die Drüsen und bildet und bindet im Körper den Faserstoff. Im Falle einer verstärkten Drüsentätigkeit wie im Winter, werden sehr viele Moleküle dieses Mineralstoffes verbraucht. Ist der Speicher erschöpft, geht es an die Substanz. Dann werden die an den Faserstoff gebundenen Mineralstoffe aus den Bronchien herausgelöst und der Faserstoff, der den Halt verliert, fällt als Abfall an.

Dies ist dann unser bekannter schleimiger Husten, wobei der Schleim weißlich ist. Geht der Vorrat an Nr. 4 Kalium chloratum in den Bronchien zu Ende, beginnen sich diese zu entzünden. Eine lästige Bronchitis ist dann die Folge, die dann oft wochenlang nicht abgeschüttelt werden kann.

Eine Hustensalbe leistet in diesem Fall wertvolle Hilfe. Sie bildet, etwas dicker aufgetragen, einen leichten Wärmestau und die Mineralstoffe dringen während der Nacht langsam ein. Die Salbe hat, da sie die Mineralstoffe im Unterschied zum Gel nur langsam abgibt, eine Depotwirkung. Dieselbe Mischung kann auch eingenommen werden.



Mineralstoff	Wirkung	Stückzahl
Nr. 2 Calcium phosphoricum	lockert die verkrampten Muskeln des Brustkorbes	10
Nr. 3 Ferrum phosphoricum	beugt Entzündungen vor	20
Nr. 4 Kalium chloratum	bindet den Faserstoff, wird für die Drüsen benötigt	20
Nr. 7 Magnesium phosphoricum	entkrampft die Bronchien	10
Nr. 8 Natrium chloratum	reguliert den Feuchtigkeitsgehalt der Bronchien	10
Nr. 9 Natrium phosphoricum	zusätzlich bei längerer Anwendung	10
Nr. 10 Natrium sulfuricum	zusätzlich bei längerer Anwendung	10
Nr. 12 Calcium sulfuricum	macht die Wege frei	10

Hustensalbe: Salbe H

Die trockene Luft in den geheizten Räumen verursacht eine zusätzliche Belastung, welche durch das Auflegen eines feuchten Tuches gelindert werden kann. Außerdem wird der Hustenreiz abgeschwächt und auch die Nasenschleimhaut beruhigt. Es ist davon abzuraten, auf das feuchte Tuch ätherische Öle zu geben, weil sie einen zusätzlichen belastenden Reiz für alle erkrankten Schleimhäute darstellen, weil sie zusätzliche Mineralstoffe verbrauchen.



15.21 Schiurlaub

Damit der Schiurlaub zum vollen Vergnügen wird, ist es ratsam, einem **Muskelkater** durch Einnahme von Nr. 3 Ferrum phosphoricum vorzubeugen. Dabei werden schon einige Wochen vorher jeweils 5-7 Tabletten im Tag eingenommen.

Haben Sie jedoch zu wenig vorgesorgt und Sie wurden nach einem ausgiebigen Schitag von einem Muskelkater heimgesucht, kann immer noch mit Nr. 6 Kalium sulfuricum versucht werden, die übermäßige Beanspruchung der Muskeln auszugleichen, indem, je nach dem wie intensiv der Muskelkater geworden ist, jede Viertelstunde eine Tablette eingenommen wird. Bei längerer Einnahme mit Nr. 10 Natrium sulfuricum kombinieren.

After Sport Recovery Lotion – eine Spezialität der Adler Pharma

Sind die Gelenke den erhöhten Anforderungen nicht gewachsen, beginnen diese zu schmerzen. In diesem Fall ist es angeraten mit einem Gelenkecremegel die belasteten Gelenke zu behandeln. Das ist eine speziell für die Gelenke zusammengestellte Mischung von Nr. 1 Calcium fluoratum, Nr. 2 Calcium phosphoricum, Nr. 8 Natrium chloratum, Nr. 9 Natrium phosphoricum und Nr. 11 Silicea. Eventuell sollte auch noch Nr. 3 Ferrum phosphoricum hinzugefügt werden. (unmittelbar vor dem Tennissport!)

15.22 After Sport Recovery Lotion

Die After Sport Lotion versorgt den Bewegungsapparat mit den für die Regeneration erforderlichen hoch verdünnten Mineralstoffen nach dem Sport:

Eisenphosphat unterstützt die erhöhten Stoffwechselanforderungen, eine eventuelle Überanstrengung kann abgefangen werden. Kaliumsulfat ist für einen eventuellen Muskelkater zuständig. Dieser Mineralstoff ist besonders wichtig für die Zellatmung, die durch den Sport sehr stark angekurbelt wird. Durch die sportliche Betätigung kommt es außerdem verstärkt zu einer Belastung durch freie Radikale. Das Kaliumsulfat ist gemeinsam mit dem Eisenphosphat antioxidativ wirksam. Zinkchlorid unterstützt die antioxidative Wirkung des Eisenphosphats und des Kaliumsulfats, wodurch die Ermüdung und allgemeine Erschöpfungszustände nach dem Sport gemildert werden.

Das eingearbeitete Natriumphosphat hilft entstandene Säuren im Gewebe abzufangen. Kaliumphosphat liefert die notwendige Energie für die Regenerationsphasen, das Magnesiumphosphat verkürzt die Regenerationszeit der Muskulatur.

Das hoch verdünnte Natriumchlorid versorgt beanspruchte Knorpel. Kaliumchlorid ist zuständig für das Bindegewebe. Natriumsulfat baut Schlacken ab, die durch die sportliche Betätigung in den Stoffwechsel gelangt sind. (3,4,5,6,7,8,9,10,21)

Aloe Vera Gel ist Feuchtigkeit spendend, hat aber auch beruhigende Eigenschaften für den Bewegungsapparat.

Nach einer erfrischenden Dusche mit dem Mineralstoff Duschgel, versorgt diese Lotion überbeanspruchte Muskulatur, Bänder und Sehnen mit den notwendigen hoch verdünnten Mineralstoffen. Sie ist angenehm aufzutragen und zieht rasch ein, so können Sie sich gut erholt wieder auf den nächsten Sporttag freuen.



15.23 Gel.Creme Regidol

Die Regidol Gelenkecreme ist eine feuchtigkeitsspendende Creme, die rasch von der Haut aufgenommen wird. Die Zusammensetzung der Regidol Gelenkecreme ist darauf ausgerichtet, eine Gelenkepflege mit den entsprechenden hoch verdünnten Mineralstoffen zu ermöglichen.

Dabei sollte natürlich auf eine Einnahme von Mineralstoffen nach Dr. Schüßler nicht verzichtet werden, damit das entsprechende Mineralstoffdefizit im Körper aufgefüllt werden kann.

Wir sprechen ausdrücklich von einer Gelenkepflege, weil die Mineralstoffe in hoch verdünnter Form über die Haut aufgenommen werden und dann die Sehnen, Bänder, Muskulatur, Knorpeln und Gelenke mit den nötigen hoch verdünnten Mineralstoffen versorgen, wodurch die entstandenen Probleme dann gelindert werden können. Diese Creme kann ebenso vorbeugend eingerieben werden.

Grundsätzlich wird eine ausreichende Menge der Regidol Gelenkecreme aufgetragen und einmassiert, bis die Creme vollständig von der Haut aufgenommen worden ist. Die Crememenge richtet sich nach der Ausdehnung der zu behandelnden Stelle, welche eingerieben wird. Danach wird die Gelenkecreme nochmals aufgetragen und einmassiert und eventuell auch ein drittes Mal so verfahren, bis man merkt, dass jetzt die Creme nur mehr schwer aufgenommen wird.

Folgende hoch verdünnte Mineralstoffe können über die Regidol Gelenkecreme ihre Wirkung entfalten:

Kalziumfluorid versorgt im Bereich der Elastizität, was besonders wichtig für die Gelenke, Bänder und Sehnen ist. Die Geschmeidigkeit der Muskeln und Beweglichkeit der Gelenke wird gefördert.

Kalziumphosphat mildert Verspannungen der Muskulatur, Eisenphosphat ermöglicht einen reibungslosen Stoffwechseltransport im Gewebe und mildert schmerzhafte Zustände des Bewegungsapparates.

Natriumchlorid fördert den Flüssigkeitshaushalt, besonders aber den Stoffwechsel der Knorpel. Die Elastizität der Knorpel und ausreichende Gelenkflüssigkeit werden von diesem Mineralstoff günstig beeinflusst.

Natriumphosphat puffert die Übersäuerungen in Gewebe und Gelenken ab, und beugt damit allen gichtisch – rheumatischen Beschwerden vor.

Diesen Prozess unterstützt auch die hoch verdünnte Kieselerde. Sie stärkt ebenso das Bindegewebe aller in den Gelenken beteiligten Gewebe, wie Sehnen, Bänder, Gelenkscapsel, Knorpel, Knochen und Muskeln.

Manganum sulfuricum unterstützt die Knorpelregeneration. (1,2,3,8,9,11,17)

Die Regidol Gelenkecreme ist eine Allroundcreme für die Regeneration von Gelenken, wirkt aber auch unterstützend bei allen degenerativen Gelenksbeschwerden.

+ Knorpel Plus Adler Ortho Aktiv Nr. 8!

15.24 Schutz vor der Sonne im Februar

Setzt sich jemand im Februar der frisch erwachenden Sonne aus, so ist es außerordentlich wichtig, dass er alle Hautstellen, die er den Sonnenstrahlen aussetzt, besonders schützt. Die Haut ist durch das lange notwendige Verhüllen im Winter den starken Belastungen durch die relativ starken Sonnenstrahlen nicht gewachsen. Wenn man bedenkt, dass diese Belastungen meistens während des Winterurlaubs auch noch im Hochgebirge sich ereignen, ist die Belastung durch die UV-Strahlen zusätzlich zu berücksichtigen. Bitte beachten Sie dazu die weiteren Ausführungen in diesem Kapitel.

Es ist daher unbedingt notwendig, die Haut vor der Sonne zu schützen. Das gelingt durch eine entsprechende Vorsorge mit einer speziellen Kombination von Mineralstoffen als Cremegel. Dazu ist zu beachten:

- Bei vermehrter Sonneneinstrahlung auf die Haut sondert diese selbst Talg ab, wodurch sich das Auftragen von Fetten vor der Sonneneinwirkung erübrigt.
- In einem Gel oder Cremegel (enthält kaum Fette) sollten zur Stärkung und Unterstützung für die Haut folgende Mineralstoffe nach Dr. Schüßler enthalten sein:
- Nr. 1 Calcium fluoratum für die Epithelzellen (die obersten Zellen der Haut), damit sie den geforderten Leistung in ihrer Elastizität (Ausdehnung bei Wärme) gewachsen sind.
- Nr. 3 Ferrum phosphoricum für den erhöhten Stoffwechsel und die damit erhöhten Anforderungen im Transport.
- Nr. 6 Kalium sulfuricum zur Unterstützung der Oberhaut sowie der Pigmentierung der Haut.
- Nr. 8 Natrium chloratum zur entsprechenden Flüssigkeitsversorgung mit der Haut.
- Eventuell kommen noch die Nr. 2 Calcium phosphoricum und die Nr. 10 Natrium sulfuricum in Betracht. Das sollte jedoch individuell ausprobiert werden.

Die Gele oder Cremegele bestehen zwischen 80% und 90% aus Wasser, wodurch die Versorgung der Haut mit Flüssigkeit zusätzlich unterstützt wird. Außerdem gibt die Flüssigkeit die in ihr aufgelösten Mineralstoffe sofort frei, wodurch sie der Haut sofort zur Verfügung stehen.

Die Gele oder Cremegele stellen aber keinen Schutz vor der ultravioletten Einstrahlung dar!



Der Schutz vor der Sonne ist vor allem im Hochgebirge von großer Bedeutung, wo die UV Belastung besonders stark ist, weil diese belastenden Strahlen zusätzlich reflektiert werden. Es kommt sehr häufig zu Verbrennungen im Gesicht. Dieser Punkt wird im folgenden Kapitel, weil er so wichtig ist, ausführlich behandelt.

Probleme der Gesichts- bzw. Hautpflege: Betriebsstoffe in den Gesichtscremen und der Körperpflege

15.24.1 Pre und After Sun mit Aloe Vera und OM24

Das Pre und After Sun in neuer Qualität, ist ein fettfreies Gel, besonders geeignet für sonnenempfindliche Haut. Die enthaltenen Mineralstoffe entlasten das Stoffwechselgeschehen in der Haut, damit wird die Haut widerstandsfähiger gegen belastende Einflüsse.

Bei regelmäßiger Anwendung bereits im Frühjahr wird dadurch schon vor dem ersten ausgiebigen Sonnenbad die Haut auf die Sonne vorbereitet. Der Eigenschutzzeit der Haut wird verlängert. Wenn man dazu neigt, nach dem ersten Sonnenbad mit Hautrötung oder gar Bläschen auf der Haut zu reagieren, auf den Armen und am Dekolletée, kann man mit dem Pre und After Sun gut vorbeugen.

Besonders Sonnenallergiker sollten sich mit dem Pre und After Sun auf die Sommer - Sonne vorbereiten.

ACHTUNG dieses Gel enthält keinen Sonnenschutz!!

Denken sie bitte immer auch an einen hochwertigen Sonnenschutz während des Sonnenbades. Ihr Apotheker kann Sie hier kompetent beraten, denn bei der Wahl des Sonnenschutzfaktors sollte besonders auf Ihren Hauttyp geachtet werden. Kinder brauchen ebenfalls einen guten Sonnenschutz!

Nach regelmäßigem Auftragen des Pre und After Sun nimmt die Empfindlichkeit der Haut ab, sodass es weniger oft zu Sonnenbränden kommt.

Bei Hautrötungen und Sonnenallergie, Jucken nach dem Sonnenbad, oder gar Sonnenbrand ist ein Auftragen des Pre und After Sun besonders empfehlenswert. (1,2,3,6,8,10)



Das Pre und After Sun ist ein ausgezeichnetes After Sun Gel:

- durch den Gehalt an Eisenphosphat wirkt es entzündungshemmend und schmerzstillend,
- Natriumchlorid wirkt befeuchtend und wird bei Verbrennungen eingesetzt,
- Natriumsulfat wiederum wirkt einer Bläschenbildung entgegen, weil es den Hautstoffwechsel anregt und die Schlacken ableitet.
- das Gel kühlt die beanspruchte Haut,
- **OM 24:** Der Grünkernextrakt schützt die Haut vor freien Radikalen
- das enthaltene **Aloe Vera** wirkt entzündungshemmend und Feuchtigkeit spendend,
- das eingearbeitete **Panthenol** versorgt die Haut mit Feuchtigkeit,
- durch das Aloe Vera Gel und Panthenol wird die Wirkung der enthaltenen Mineralstoffe verstärkt, es kommt zu einem Synergieeffekt,
- ein neues Konservierungsmittel aus dem Bereich der Naturkosmetik macht dieses Produkt noch verträglicher,
- es ist kein Sonnenschutz eingearbeitet,
- es sind keine Duftstoffe enthalten.

15.25 Sonnenschutz beim Wintersport

Der Sonnenschutz wurde von verschiedenen Gesichtspunkten schon im Monat Juni besprochen. Es bleibt aber noch ein Punkt, der von großer Bedeutung ist, die Belastung der Haut durch UV Strahlen. Diese ist im Winter besonders stark.

Dieses Thema hat aber eine so große Brisanz, da immer wieder vor den Folgen ungesunder Sonneneinstrahlung gewarnt wird, auch im Zusammenhang mit der Zunahme des Ozonloches, dass auf diese Thematik ausführlich eingegangen wird.

- UVA-Strahlen: Fast 90% des ultravioletten Lichtes besteht aus diesen Strahlen. Sie dringen sehr tief in die Haut ein und regen die Pigmentierung an, die als Schutzmaßnahme die Haut braun werden lässt. Allerdings führt eine zu starke Belastung mit diesen Strahlen zu einer vorzeitigen Alterung der Haut, was so viel wie eine Erschöpfung an Betriebsstoffen bedeutet.
- UVB-Strahlen: Ungefähr 10% des ultravioletten Lichtes sind diesen Strahlen zuzuordnen. Sie dringen in tiefere Hautschichten nicht ein, sind aber für den Sonnenbrand und damit für Zellschädigungen zuständig. Auch wenn die Haut über eine gewisse Regenerationsfähigkeit verfügt, bleiben von jedem Sonnenbrand Schäden zurück, die durch jede neuerliche „Überdosis“ Sonne verstärkt werden.
- UVC-Strahlen: Diese sind besonders aggressiv, gelangen aber meistens nicht bis zur Erdoberfläche, weil sie von der Ozonschicht gefiltert werden.

Die vor dem UV-Licht wirksam schützenden Sonnenschutzpräparate sind Mittel, die entweder durch Reflexion (Rückstrahlung) oder Absorption³ (Aufnahme) von Strahlung die Haut vor der schädigenden Einwirkung intensiver Sonnenbestrahlung (Sonnenbrand) schützen. Sie enthalten entweder absorbierende Lichtschutzstoffe, sog. UV-Absorber, die energiereiches Licht (ultraviolettes Licht) ganz oder teilweise absorbieren und in (unschädliche Wärme) umwandeln, oder reflektierende anorganische Substanzen wie Zinkoxid, Eisenoxid, Titanoxid, Calciumcarbonat u.a.

Die reflektierenden Substanzen, welche uns vor dem UV-Licht schützen, wie zum Beispiel Zinkoxid oder Titanoxid, werden in speziellen Verfahren feinst vermahlen und den Grundlagen der Sonnenschutzmittel (Fett, Wasser, Pflegesubstanzen und Feuchtigkeitsspender) zugefügt. Beim Auftragen gelangen die winzigen Mineralkörnchen auf die Hautoberfläche und bilden dort den begehrten Schutzschild.

Die absorbierenden Lichtschutzstoffe sollten nach Möglichkeit die UV-B-Strahlen herausfiltern und die bräunenden anderen Strahlen soweit als verträglich in die Haut eindringen lassen. Es gibt jedoch chemische Substanzen, die einen UV-A-Filter darstellen, sowie Breitbandfilter, die das UV-Licht insgesamt auf eine erträgliche Intensität reduzieren. Durch ihre Beschaffenheit sind sie ungefähr 20 Minuten nach dem Auftragen in der Lage, das auf der Haut auftreffende UV-Licht zu absorbieren. Damit dringt es in die tieferen Schichten der Haut nicht mehr ein.

Achtung: Der Organismus von Kleinkindern bis zu etwa drei Jahren kann die Substanzen der chemischen Sonnenschutzfilter nicht metabolisieren (abbauen) und ausscheiden. Daher ist es wichtig, Sonnenschutzpräparate mit reflektierenden, anorganischen Substanzen zu verwenden! Um dabei sicher zu gehen, ist es unbedingt notwendig, die Hinweise der Hersteller zu beachten oder sich fachkundig beraten zu lassen. Die Wirksamkeit der Sonnenschutzpräparate wird durch den **Lichtschutzfaktor** angegeben und hängt von der Art und Konzentration der enthaltenen Schutzstoffe, der Schichtdicke des aufgetragenen Sonnenschutzes und vor allem vom Hauttyp ab. Dazu eine Übersicht über den Zusammenhang zwischen Hauttyp und Reaktion auf Sonnenlicht:

Hauttyp	Haarfarbe	Augenfarbe	Haut	Sonnenbrand	Bräunung
I	Blond oder rötlich	Blau bis Grün	Hell	Immer	Keine
II	Blond bis hellbraun	Blau, Grau, Braungrün	Hell	Häufig	Gering
III	Braun	Braun	Hellbraun	Gelegentlich	Deutlich
IV	Dunkelbraun	Braun	Braun	Nie	Stark

Auf jedem Sonnenschutzprodukt ist ein Lichtschutzfaktor (LSF) angegeben. Diese Zahl ist ein Multiplikator, mit dem sich errechnen lässt, wie lange man nach dem Auftragen des Präparates in der Sonne bleiben darf, ohne dass die Haut geschädigt wird. Das ist für die einzelnen Hauttypen verschieden. Wer blonde bis hellbraune Haare und blaue, graue oder braune Augen hat, darf ungeschützt höchstens zehn Minuten in der Sonne sein, ohne Hautschäden zu riskieren.

Schützt jemand mit diesem Hauttyp seine Haut mit Sonnenmilch LSF 8, darf er achtmal so lang, wie er ungeschützt in der Sonne bleiben könnte, also 80 Minuten (eine Stunde und 20 Minuten) in der Sonne bleiben. Nachcremen verlängert diese Zeit nicht, die Haut ist dann in ihrer Regenerationsfähigkeit erschöpft. (Den Sonnenschutz erneuern sollte man aber regelmäßig, denn durch Kontakt mit Wasser oder beim Abtrocknen geht wertvoller Schutz verloren.)

Einen Schutz vor ultraviolettem Licht können die Gele oder Cremegele, welche die Mineralstoffe nach Dr. Schüßler enthalten, nicht leisten. Allerdings ist es möglich, über das aufgetragene Gel, wenn es in die Haut eingezogen ist, das jeweils entsprechende Sonnenschutzmittel mit dem notwendigen Sonnenschutzfaktor aufzutragen. Allerdings darf jemand, der mit Hilfe der Mineralstoffe nach Dr. Schüßler seine Haut langfristig gestärkt hat, zu Recht erwarten, dass er die Sonne wesentlich länger verträgt. Die Haut ist dann viel robuster und widerstandsfähiger.

³ Das teilweise oder völlige Verschlucken einer energetischen Wellen- oder Teilchenstrahlung beim Durchgang durch Materie. Die Energie der absorbierten (aufgenommenen) Strahlung wird dabei in Wärme (Absorptionswärme) umgewandelt.

Literatur:

Feichtinger, Thomas, Niedan-Feichtinger, Susana, Mandl, Elisabeth: Handbuch der Biochemie, Karl F. Haug Verlag: Heidelberg, 2006, 6. Auflage 2017

Feichtinger, Thomas, Niedan-Feichtinger, Susana: Antlitzanalyse in der Biochemie nach Dr. Schüssler, Der Bildatlas, Karl F. Haug Verlag: Stuttgart, 2007, 4. überarbeitete Auflage 2011

Feichtinger, Thomas: Psychosomatik in der Biochemie nach Dr. Schüssler, Karl F. Haug Verlag: Stuttgart, 2003, 2. Auflage 2014

Feichtinger, Thomas, Niedan-Feichtinger, Susana: Praxis der Biochemie nach Dr. Schüssler, Karl F. Haug Verlag: Stuttgart, 2003, 4. Auflage 2010

Feichtinger, Thomas, Biochemie nach Dr. Schüssler für Pferde, Sonntag Verlag: Stuttgart, 2011

www.thomas-feichtinger.at

YouTube/Thomas Feichtinger (Kanal)

Für den Inhalt verantwortlich: Thomas Feichtinger, www.thomas-feichtinger.at, Österreich, 5700 Zell am See, Caspar-Vogl-Str. 8

Diese Unterlage wird in den Ländern der DACH-Region (Österreich, Deutschland, Schweiz) als Seminarunterlage verwendet. Die Differenzierung erfolgt für die Möglichkeiten in den einzelnen Ländern durch den jeweiligen Referenten. Auf Produkte, die in manchen Ländern nicht zugelassen sind, wird ausdrücklich hingewiesen. Diese können verschrieben und von den Apotheken als Besorger bei der Adler Pharma bestellt werden.

Informative Internetadressen:

www.thomas-feichtinger.at
www.adler-pharma.at

www.gba.at
www.schuessler-gba.de

©Adler Pharma Produktion und Vertrieb GmbH

Das Werk ist urheberrechtlich geschützt. Nachdruck, Übersetzung, Entnahme von Abbildungen, Wiedergabe auf photomechanischem oder ähnlichem Wege, Speicherung in DV-Systemen oder auf elektronischen Datenträgern sowie die Bereitstellung der Inhalte im Internet oder anderen Kommunikationsdiensten ist ohne vorherige schriftliche Genehmigung der Adler Pharma auch bei nur auszugsweiser Verwertung strafbar.

Thomas Feichtinger, Brucker-Bundesstr. 25A, 5700-Zell am See, [www: thomas-feichtinger.at](http://www.thomas-feichtinger.at) e-Mail: thomas.feichtinger@adler-pharma.at

Version 01 / 2022

Übersicht Adler Ortho Aktiv

Kapseln aus pflanzlicher Zellulose, ohne Alluminium verblistert



ELASTO FLEX Adler Ortho Aktiv 1 Vitamin C - Kollagenbildung • Für eine normale Funktion der Haut • der Zähne • des Zahnfleisches • der Blutgefäße Enthält Vitamin E und Molybdän	Haut, Haare, Nägel, Krampfadern, Sehnen, Bänder, Kariesschutz für Kinder	<i>Elastizität</i>
CALCIUM PLUS Adler Ortho Aktiv 2 Calcium, sowie Vitamin D und K • für die Erhaltung normaler Knochen	Knochen(brüche), Osteoporose (+ AOA Nr. 9), Wechselbeschwerden, Wachstumsschmerzen, Muskelkrämpfe	<i>Knochen</i>
EISEN IMMUN Adler Ortho Aktiv 3 Eisen • normale kognitive Funktion • normaler Energiestoffwechsel • normale Bildung von roten Blutkörperchen und Hämoglobin • zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung <i>Enthält Ginkgo biloba</i>	Antioxidans, Eisen im Blut, Blutaufbau, Konzentrations- und Merkfähigkeit, Steigerung der Abwehrkraft	<i>Blut</i>
ARTERIO PLUS Adler Ortho Aktiv 4 Kupfer • zur Erhaltung von normalem Bindegewebe Vitamin B6, Vitamin B12, Folsäure • für einen normalen Homocystein-Stoffwechsel <i>Enthält einen Extrakt aus Schwarzem Pfeffer</i>	BG- Aufbau, Arteriosklerose, Hautgrieß, Couperose / Besenreiser	<i>Bindegewebs- substanz</i>
KALIUM ENERGIE Adler Ortho Aktiv 5 Kalium • für eine normale Funktion des Nervensystems • Muskelfunktion Niacin, Riboflavin und Panthotensäure • für normalen Energiestoffwechsel <i>Enthält Lecithin</i>	„Burn Out“, Erschöpfung, Nerven / Gehirn, Lernleistung (+ AOA Nr. 3), Regeneration (+ AOA Nr. 3)	<i>Energie</i>
PANKREAPLUS Adler Ortho Aktiv 6 Zink • für normalen Kohlenhydrat-Stoffwechsel Kupfer • für normale Hautpigmentierung <i>Enthält Alpha-Liponsäure</i>	Schadstoffe in Verbindung mit der Haut, Chronischen Hautkrankheiten, Pigmentstörung, Diabetes Typ I, Bauchspeicheldrüse (Völlegefühl)	<i>Kohlenhydrat- stoffwechsel</i>
MAGNESIUM PLUS Adler Ortho Aktiv 7 Magnesium • für eine normale Funktion des Nervensystems • Muskelfunktion • psychischen Funktion Zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung	Stress (+ AOA Nr. 5), Leistung - körperlich (Sport), Schlaf-Wach-Rhythmus	<i>Herz</i>
KNORPEL PLUS Adler Ortho Aktiv 8 Mangan • zur Erhaltung normaler Bindegewebsbildung <i>Enthält Chondroitinsulfat</i>	Flüssigkeitshaushalt, Allergien, Geruch-, Geschmacksinn, Schleimhautaufbau, „Schlundbrennen“, Schwermetallausscheidung	<i>Knorpelaufbau</i>
BASEN PLUS Adler Ortho Aktiv 9 <i>Enthält Dolomit, Propolis und Zinnkraut</i>	Sodbrennen (unten), Gastritis, Pickel, Akne, Lymphknotenschwellung, Rheuma, Gicht	<i>Säure/ Basenhaushalt</i>
LEBER METABOL Adler Ortho Aktiv 10 Cholin • zur Erhaltung einer normalen Leberfunktion Enthält Artischockenextrakt, L-Glutathion, Alpha-Liponsäure, Chlorella-Algen, Bärlauchextrakt	Schadstoffausscheidung (in Verbindung mit Leberbelastungen), Verdauungsbeschwerden, Diabetes Typ II, Cholesterin	<i>Leber (entgiften)</i>
SILIZIUM PLUS Adler Ortho Aktiv 11 Biotin • zur Erhaltung normaler Haare und Haut Zink • zur Erhaltung normaler Haare, Haut und Nägel <i>Enthält natürliches Silicium aus Bambus</i>	Brüchige Haut, Haare, Nägel – Aufbau, Binde- gewebe- Struktur (+ AOA Nr. 4), Dehnungsrisse (+ AOA Nr. 1 und evtl. AOA Nr. 4), Faltenbildung	<i>Brüchigkeit</i>
DETOX BASIC Adler Ortho Aktiv 12 <i>Enthält Papain und Bromelain sowie Brennnesselextrakt und Artischocke</i>	Fördert und startet den – Schadstoffabbau, Eiweißab- bau, Säureabbau, Cellulite, Myogelosen zu Beginn bei Blockaden beim Abnehmen	<i>es stockt, sitzt fest</i>



Qualitätsprodukt
aus Österreich



Adler Pharma
Adler Ortho Aktiv

LAKTOSEFREI
ZUCKERFREI

Adler Ortho Aktiv

Nährstoffkonzept zu Schüßler





Qualitätsprodukt
aus Österreich



Adler Pharma

SCHÜßLER SALZE

Wir leben Schüßler



Adler Pharma Schüßler Salze

- Qualität aus Österreich
- Samtig weich im Geschmack
- Ohne Weizenstärke, 100% glutenfrei
- Ohne Magnesiumstearat



www.adler-pharma.de