



Schüßler Salze zum Entschlacken und Abnehmen

Thomas Feichtinger

Inhaltsverzeichnis

1. Biochemie nach Dr. Schüßler - kurze Einführung	4
1.1 Werkzeuge für die Baustoffe	4
1.2 Baustoffe für die Werkzeuge – Adler Ortho Aktiv	4
1.3 Ernährung	4
2. Grundlagen der Biochemie nach Dr. Schüßler	5
2.1 Die 4 wichtigen Leitsätze	5
2.2 Zubereitung der Schüßler Salze	5
2.3 Erweiterungsmittel	5
2.4 Die Speicher für die Funktionsmittel	5
2.5 Grenzen der Einnahme	5
2.6 Speicher und Betriebsstörungen	6
2.7 Notregulationen	6
2.8 Dauer der Einnahme	6
2.9 Ursachen für den Verlust an Betriebsstoffen/ Mineralstoffen	6
2.10 Feststellung von Mängeln - Möglichkeiten der Beratung	7
2.11 Reaktionen - vorübergehende Störungen	7
2.12 Einnahme	7
2.13 Dosierung	8
2.14 Notwendige Kombinationen beachten	8
2.15 „Compliance“	9
2.16 Wenn Schüßler Salze einen besonderen Geschmack haben	9
2.17 Problemfeld Laktose	9
2.18 Kombinationen von Schüßler Salzen	9
2.19 Verschiedene Hersteller, Qualitätsunterschiede	9
3. Äußere Anwendung?	10
3.1 Äußere Anwendung der Tabletten	10
3.2 Adler Topics Linie – gute Produkte mit besonderer Sorgfalt hergestellt	10
4. Die 12 Mineralstoffe in einer ersten Übersicht und Charakterisierung	11
5. Übersicht über die 15 klassischen und 6 neuen Erweiterungsmittel	12
6. Frühjahr: Die beste Zeit zum Entschlacken	14
6.1 Wertvolle Mineralstoffe werden verbraucht und Schadstoffe stauen sich	14
6.2 Eisen Immun Adler Ortho Aktiv 3	15
6.2.1 Thema Blut	15
6.2.2 Thema Konzentration	15
6.2.3 Thema Antioxidans, Steigerung von Abwehrkräften, Entzündungen	15
6.3 Müdigkeit ist ein Frühjahrsthema	16
6.4 Verschiedene Arten von Erschöpfung	17
6.5 Zell Vita Adler Pharma	18
6.5.1 Die Mineralstoffe von Zell Vita bezogen auf die Indikation	19
6.6 Kalium Energie Adler Ortho Aktiv 5	21
7. Abnehmen	23
7.1 Gründe einer Gewichtszunahme	23
7.2 Aufgaben der Leber	24
7.2.1 Entgiftung körpereigener und körperfremder Substanzen	24
7.2.2 Eiweißstoffwechsel - Auf- und Abbau	24
7.2.3 Fettstoffwechsel	25
7.2.4 Kohlenhydratstoffwechsel	25
7.2.5 Daneben hat die Leber weitere Aufgaben zu erfüllen	25
7.3 Die täglichen Gifte	26
7.4 Abbau der Speicher – Aufbau der belastenden Deponien	26
7.5 Die Leber kann ihre Aufgaben nicht mehr ordentlich erfüllen	26
7.5.1 Rückstau verschlackter Flüssigkeit führt zu „Verwässerung“	27
7.5.2 Leberbelastung und Bindegewebe	28
7.6 Der „verstopfte“ Mensch – Bindegewebe	28
7.6.1 Das Grundgewebe	28
7.6.2 Eiweißspeicherkrankheiten	29
7.7 Verschiedene Arten von Dickleibigkeit	30
7.7.1 Eiweißdickleibigkeit	30
7.7.2 Fettdickleibigkeit – Lipome	30

7.7.3	Schadstoffdickleibigkeit	30
7.7.4	Metabolisches Syndrom	30
7.7.5	Gewichtszunahme im Wechsel und Menopause	31
8.	Entlastung des Körpers	32
8.1	Kurzer Spannungsbogen	33
8.2	Mittelfristiger Spannungsbogen	34
8.3	Langfristiger Spannungsbogen	35
8.3.1	Entlastung der Leber	36
8.3.2	Leberwickel	36
8.4	Vergebliche Versuche abzunehmen - Jo-Jo Effekt	36
9.	Entschlackungspaket	37
9.1	Hepaxen	37
9.1.1	Hepaxen zur Ausleitung schwer ausscheidbarer Stoffe	37
9.1.2	Hepaxen als erster Schritt zum Abnehmen	37
9.1.3	Dosierung	38
9.2	Zell Basic, damit Abnehmen gelingt - Entlastung des Körpers	38
9.2.1	Enthaltene, bewährte Mineralstoffkombinationen	38
9.2.2	Zell Basic Sticks	38
9.2.3	Dosierung und Einnahme von Zell Basic Sticks	39
9.2.4	Dauer der Anwendung	39
9.2.5	Eine Kombination von 14 Schüßler Salzen, damit das Abnehmen gelingt	39
9.2.6	Begleitende Empfehlungen	39
9.2.7	Die Mineralstoffe des Pulvers	40
9.2.8	Zell Basic – Reaktionen	43
9.2.9	Eigenartiger Geschmack als Folge der Einnahme von Zell Basic?	43
9.3	BaseCare Bad	44
9.3.1	BaseCare als Maske	45
9.4	Stoffwechseltee Adler Pharma	46
9.4.1	Zusammensetzung	46
9.4.2	Zubereitung	46
9.5	Evocell Körpercreme für eine schöne Figur	47
9.5.1	Cellulite, ein kosmetisches Problem?	47
9.5.2	Das Problem Cellulite sollte auf mehreren Ebenen angegangen werden	47
9.5.3	Anwendung	47
9.6	Detox Basic Adler Ortho Aktiv 12	48
9.6.1	Thema Eiweißabbau, Kollagenaufbau	48
9.6.2	Thema Niere und Säure	48
9.6.3	Thema Leber	48
9.7	Leber Metabol Adler Ortho Aktiv 10	49
9.7.1	Claim:	49
9.7.2	Thema Leberstoffwechsel	49
9.7.3	Thema Leberentgiftung, Antioxidans	49
9.7.4	Thema Ausleitungsstoffe	50
9.7.5	Thema Glucosestoffwechsel: Diabetes Typ II	50
9.8	Weitere Elemente für nachhaltiges Abnehmen	51
9.8.1	Ernährungsumstellung	51
9.8.2	Bewegung	51
9.8.3	Einlauf	51
9.8.4	Bittersalz	51

**Auf Produkte, die in Deutschland 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.gba.at

www.adler-pharma.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 e-Mail: thomas.feichtinger@adler-pharma.at



1 Biochemie nach Dr. Schüßler - kurze Einführung

Dr. Schüßler machte gleich am Anfang seiner Forschungen eine wichtige Entdeckung und schreibt in seiner „Abgekürzten Therapie“: „Die oben genannten Stoffe (Mineralstoffe) sind die Baumaterialien **und** die Funktionsmittel der Gewebe. **Baumaterial** sind sie durch ihre **Masse**, **Funktionsmittel** durch ihre **Qualität**.“

In der Biochemie nach Dr. Schüßler unterscheiden wir zwischen Funktionsmitteln und Baustoffen. Wir kennen diese Definition aus den oft zitierten Schriften Dr. Schüßlers.

Wir können für das Wort Funktionsmittel auch Steuerungsstoffe, Regulierungsstoffe und Werkzeuge einsetzen! Natürlich darf auf die Substanz aufbauenden Mineralstoffe, wie z. B. Calcium, Kalium, Magnesium, Natrium und Kieselerde, die wir als Makro Ebene bezeichnen, nicht vergessen werden. Ein sehr zutreffendes Bild für Funktionsmittel und Baustoffe ist die Formulierung von **Mikro- und Makrobereich**.

1.1 Werkzeuge für die Baustoffe

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

1.2 Baustoffe für die Werkzeuge – Adler Ortho Aktiv

Es besteht die Gefahr, dass durch eine zu hohe Dosierung von Mineralstoffpräparaten, das relative Gleichgewicht der Mineralstoffe innerhalb und außerhalb der Zellen gestört wird, was zu Problemen führen kann.

Eine einseitige Zufuhr von bestimmten Mineralstoffen in zu hoher Dosierung kann zu Verschiebungen im Mineralstoffhaushalt anderer Mineralstoffe bzw. Spurenelemente führen. So beeinflusst z.B. eine hohe **Kalziumgabe** im menschlichen Körper die **Zinkbalance**, was auf lange Sicht nicht ohne Einfluss auf das weitere gesundheitliche Geschehen ist. Dasselbe gilt für die Einnahme von **Eisenpräparaten**. Sehr oft sieht man Mängel an Calcium oder Eisen bei Kindern. Hier sollte diese Problematik besonders beachtet werden. Hohe **Zinkgaben** verschieben den **Manganhaushalt** und diese wiederum den **Kupferhaushalt**.

Für den Bereich der „Baustoffe“ hat die Adler Pharma ein völlig neues Nährstoffkonzept entwickelt. Es wurden zum Wirkungsbereich aller Schüßler'schen Basismittel entsprechende Nährstoffkombinationen zusammengestellt, die **Adler Ortho Aktiv** Serie. Also nicht nach entsprechenden Indikationen, sondern im Hinblick auf die ganzkörperliche Wirkung der Schüßler Salze. z. B. Nr. 5 Kalium phosphoricum + Kalium Energie 5 Adler Ortho Aktiv.

1.3 Ernährung

Eine ausgewogene Ernährung ist Grundlage der Gesundheit und eines ausgewogenen Mineralstoffhaushaltes und kann auch nicht über eine Einnahme von Schüßler Salzen ersetzt werden! Kinder haben oft Probleme mit der sogenannten gesunden Ernährung, weil sie durch Mineralstoffmängel bedingt, Nahrungsmittel bevorzugen und verlangen, die wenig **Verdauungswiderstand** und wenig Nährwert haben, indirekt jedoch die Mängel weiter verstärken. Bedeutung der Faserstoffe!

Ein Hinweis auf das Intervallfasten sei hier gestattet: Ab 12 Stunden Nahrungskarenz setzt in den Zellen ein Recycling Programm ein, der sogenannte Autophagismus. Empfohlen wird ein Rhythmus von 8:16 Stunden.

Die Autophagie ist ein lebensnotwendiger Prozess, um Zellbestandteile zu entsorgen. Man könnte also sagen, es ist die Müllabfuhr der Zelle. Die Autophagie kann jeden Tag ablaufen und sorgt dafür, dass sich die Zelle von überflüssigen oder gar schädlichen Bestandteilen reinigt.

*Damit die Zelle in Fastenzeiten Energie produzieren kann, nimmt sie alte oder defekte Bestandteile aus sich selbst und verbrennt sie. Das Resultat: Der Körper beginnt sich selbst zu reinigen und zwar rundum bis hin zu den Nervenzellen im Gehirn. Immer mehr Studien zeigen außerdem, dass Autophagie einer der Hauptheilmprozesse von degenerativen Krankheiten wie Krebs, Alzheimer und Herz-Kreislaufkrankungen ist.*¹

¹ https://rp-online.de/leben/gesundheit/medizin/warum-medizin-nobelpreis-entdeckung-autophagie-krebs-und-alzheimer-hemmt_aid-18209389

2 Grundlagen der Biochemie nach Dr. Schüßler

2.1 Die 4 wichtigen Leitsätze

Zwei Forscher haben Dr. Schüßler in seinen Forschungen über die Zelle des Menschen den Weg gewiesen. Dabei war für ihn jeweils ein bestimmter Satz von großer Bedeutung. Virchow, Zellularpathologe, der in Berlin wirkte, prägte den Satz: „**Die Krankheit des Körpers ist gleich der Krankheit der Zelle**“

Moleschott, ein weiterer wichtiger Wissenschaftler seiner Zeit, führte diese Feststellung weiter und erklärte: „**Die Krankheit der Zelle entsteht durch Verlust an anorganischen Salzen (Mineralstoffen)**“

Dies ganz im Sinne Dr. Schüßlers und seiner Formulierung von Funktionsmitteln und Baustoffen: „*Die freien Moleküle eines zu therapeutischem Zwecke verabreichten Minerastoffes gelangen, wie oben angegeben, auf dem kürzesten Wege ins Blut, um in den pathogen veränderten Zellen **die Deckung eines Defizites an dem betroffenen Mineralstoff zu bewirken.***“²

Für Dr. Schüßler war es dann die logische Konsequenz, dass er formulierte: „**Dann kann durch Deckung des Verlustes, die Gesundheit der Zelle und damit des Körpers wieder hergestellt werden.**“ Aber ganz so einfach war die Sache ja doch nicht. Er hat schon damals erkannt, dass zu hohe Dosierungen von Mineralstoffen für die Zelle problematisch sein können: „**Um Schaden zu verhüten und um die Mittel aufnahmefähig für die Zelle zu machen, müssen dieselben potenziert (verdünnt) werden.**“

2.2 Zubereitung der Schüßler Salze

Basismittel: Nr.1 Calcium fluoratum, Nr. 3 Ferrum phosphoricum, Nr.11 Silicea in D12, alle anderen in D6,
Alle Erweiterungsmittel bei Adler Pharma von Nr. 13 bis zur Nr. 33 in D12.

2.3 Erweiterungsmittel

6 Erweiterungsmittel sind zu den 15 klassischen Erweiterungsmitteln von der Adler Pharma in Zell am See auf Grund moderner Erkenntnisse über weitere Spurenelemente betreffend, die zum ständigen Bestand des Körpers gehören, entwickelt worden.

Nr. 28 Natrium vanadinicum D12 (Ursubstanz: Natrium-ortho-vanadat, Na_3VO_4),
Nr. 29 Cobaltum metallicum D12 (Ursubstanz: Kobalt, Co),
Nr. 30 Niccolum sulfuricum D12 (Ursubstanz: Nickel(II)-sulfat-Hexahydrat, $\text{Ni}_2\text{SO}_4 \cdot 6 \text{H}_2\text{O}$),
Nr. 31 Stannum metallicum D12 (Ursubstanz: Zinn, Sn),
Nr. 32 Natrium tetraboracicum D12 (Ursubstanz: Borax, Natriumtetraborat-Decahydrat, $\text{Na}_2\text{B}_4\text{O}_7 \cdot 10 \text{H}_2\text{O}$),
Nr. 33 Molybdenum sulfuratum D12 (Ursubstanz: Molybdän(IV)-sulfid, MoS_2)

2.4 Die Speicher für die Funktionsmittel

Wir unterscheiden zwischen den kurzzeitigen **Arbeitsspeichern** und den nachhaltigen langfristigen **Langzeitspeichern**, die sich in vielen Geweben des Körpers befinden z.B. Knochen für Nr. 2 Calcium phosphoricum, Schilddrüse für Nr. 15 Kalium iodatum, Leber für Nr. 12 Calcium sulfuricum usw. Gesundheit ist auch davon abhängig, **ob die Speicher ausreichend gefüllt sind**. Eine gute Füllung der Speicher macht sich in Wohlbefinden, einer willkommenen Vitalität bemerkbar: **Vitalität, Spannkraft, Robustheit.**

2.5 Grenzen der Einnahme

Immer wieder wird behauptet, dass es möglich sei, zu viel an Mineralstoffen nach Dr. Schüßler zu sich zu nehmen.

Das ist nicht möglich, dazu ein Beispiel:

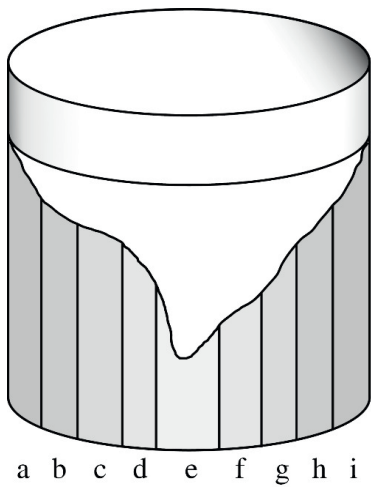
In einer Literflasche Mineralwasser sind durchschnittlich ca. 1.000 mg gelöste Mineralstoffe enthalten. Wenn jemand so viele Mineralstoffe über die Schüßler Salze zu sich nehmen möchte, müsste man 1 Tonne (1.000 kg) Mineralstoffe nach Dr. Schüßler im Mund zergehen lassen. Damit wird aufgezeigt, wie stark die Verdünnung bzw. Potenzierung ist.

² Allopathie, Biochemie und Homöopathie. Besprochen von Dr. med. Schüßler. Zweite, teilweise umgearbeitete Auflage. Oldenburg 1895. Schulzesche Hof-Buchhandlung und Hof-Buchdruckerei.

2.6 Speicher und Betriebsstörungen³

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 Grafik 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 vertragen sich 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.“

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 niesen, 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!“

Betriebsstörungen

Das ist die 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“.

2.7 Notregulationen

niederes Fieber: Transportqualität des Blutes – Mangel an Nr. 3 Ferrum phosphoricum

glasklarer Rotz aus der Nase (Schnupfen): Mangel an Nr. 8 Natrium chloratum Hinweis: äußerliche Anwendung Cremegel Nr. 8, Schüßler Nasentropfen

weißlicher Schleim aus den Bronchien (Husten): Mangel an Nr. 4 Kalium chloratum, Salbe H

2.8 Dauer der Einnahme

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

2.9 Ursachen für den Verlust an Betriebsstoffen/ Mineralstoffen

Beispiele für Belastungen, die einen hohen Verbrauch an Funktionsmitteln hervorrufen, sind Überforderungen, die Umweltbelastungen, chronischer Schlafmangel, die Einnahme stark wirkender Medikamente, extreme sportliche Betätigung, übermäßiger physischer und psychischer Stress, psychische Belastungen wie z. B. Mobbing, schwere Ernährungsfehler oder durchgemachte Infekte.

³ Krankheiten im Sinne von Krankheitserregern als Ursache sind nicht das Thema der Biochemie nach Dr. Schüßler. Sehr wohl kann ein mit einer Krankheit belasteter Mensch mit Schüßler Salzen begleitet werden und er wird nicht geschwächt aus ihr hervorgehen.

2.10 Feststellung von Mängeln - Möglichkeiten der Beratung

Antlitzanalyse, „Symptome“, Störungen, „Krankheiten“, Kinesiologie.

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

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



Die besonderen Neigungen/Ablehnung verlieren sich nach einer bestimmten Zeit der Einnahme der biochemischen Funktionsmittel.

Wer fällt von einem „Gusto, Glust, Blonga“, besonderen Verlangen in das nächste: Dickmann, Leberkässemel, Sachertorte, Essiggurke, Gummibärchen, ... Schwangere Frauen können hervorragend mit Schüßler Salzen begleitet werden.

2.11 Reaktionen - vorübergehende Störungen:

Gefühl, als ob eine gesundheitliche Belastung bzw. Krankheit wieder käme, aber abgeschwächt.

Reinigung des Körpers: Verkühlung, Schnupfen, Husten, erhöhte Temperatur, Verstopfung oder Durchfall

Säureabbau, Säurefluten: Sodbrennen, Hungerattacken, rheumatische Beschwerden

Schadstoffabbau: geschwollene Hände – Füße – verschollene Augen, Juckreiz, Kopfschmerzen (Kater)

Regenerationsschmerzen: Gelenke, Muskeln, Sehnen, Bänder, Knochen, Kiefer, Zähne

Haut: sauer – scharfe Absonderungen, Schadstoffe - juckend-beißend, Ausschlag, Ekzeme

2.12 Einnahme

Zuerst werden alle benötigten Mineralstoffe aus den Dosen heraus gezählt und untereinander gemischt.

Am besten lässt man die Mineralstofftabletten einzeln im Mund zergehen. Es können auch mehrere auf einmal in den Mund genommen werden. Dann sollten es immer verschiedene Mineralstoffe sein, denn dann werden verschiedene Ionenkanäle in die Zellen hinein bedient.

Die Mineralstoffe können auch in Wasser gelöst und schluckweise eingenommen werden, wobei jeder Schluck möglichst lang im Mund behalten werden sollte.

Beim Auflösen beachten: Je wärmer das Wasser ist, umso mehr Milchzucker löst sich, je kühler das Wasser ist, umso weniger Milchzucker löst sich!

2.13 Dosierung

Grundsätzlich bestimmt der Mangel die Dosis! (und nicht das Alter!)

„Die Zahl der verabreichten Moleküle muss groß genug sein, um das Defizit zu decken!“

Im Allgemeinen wird ein **starker Mangel** mit 10 Tabletten/Tag eingestuft, d.h. jede Stunde eine Tablette. Es sind jedoch nach oben keine Grenzen gesetzt. Ein **mittlerer Mangel** mit 7 Tabletten und ein **leichter** mit 5 Tabletten/Tag.

Dosierung betreffend die angegebenen „Stufen“ im Manuskript:

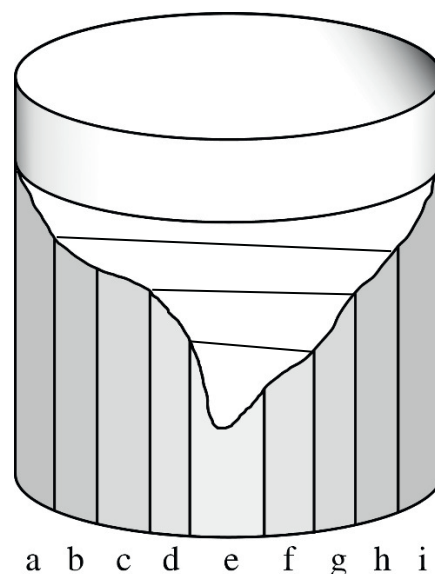
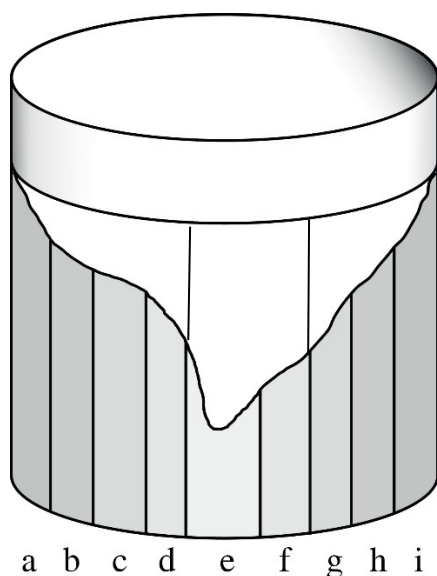
Wenn nicht anders angegeben, dann werden für den Hauptmineralstoff (1. Stufe) 10 Tabletten/Tag empfohlen, für alle Mineralstoffe, die in der 2. Stufe dazukommen, werden 7 Tabletten/Tag und für alle Mineralstoffe, die in der 3. und 4. Stufe dazukommen 5 Tabletten/Tag empfohlen.

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

Strategien zur Einnahme:



2.14 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.

2.15 „Compliance“

Der Anwender erlebt in der Regel folgende Stufen:

Am Anfang der Einnahme entsteht, wenn die Mineralstoffe nach Dr. Schüßler nicht genommen werden, das Gefühl es gehe einem etwas ab. Im Verlauf der weiteren Einnahme ist es leicht möglich, dass sie vergessen werden oder gar eine Ablehnung aufgebaut wird. Diesem Gefühl ist unbedingt nachzugeben. Es gibt mehrere Ursachen der Ablehnung:

1. Die Menge ist zu viel und gehört reduziert, bis es wieder passt.
2. Die Zusammenstellung stimmt nicht mehr, eine neue Anlitzanalyse oder andere Bedarfserstellung ist notwendig.
3. Eine Pause ist dran „Wenn sie einem so herauf stehen“ und der Widerstand sehr groß ist. Auf das eigene Gespür zu achten, muss regelrecht wieder erlernt werden, dazu ist oftmals eine Ermutigung nötig. Für den eigenen Körper kann jeder nur selbst zuständig sein!

2.16 Wenn Schüßler Salze einen besonderen Geschmack haben

Je dringender der Organismus die einzelnen Mineralstoffe benötigt, umso schneller zergehen sie, oder umso süßer schmecken sie, oder es trifft beides zugleich zu.

Will man das beobachten, müssen alle Schüßler Salze vom gleichen Hersteller sein. Mineralstoffe können aber einen besonderen Geschmack hervorrufen, was auf einen ganz speziellen Mangel hinweist!

Geschmack / Geruch	Angezeigter Mineralstoff
kalkig sandig	Nr. 2 Calcium phosphoricum
parfümiert, seifig	Nr. 4 Kalium chloratum
modrig, mockig, schimmlig	Nr. 5 Kalium phosphoricum
nussig	Nr. 5 Kalium phosphoricum
salzig	Nr. 8 Natrium chloratum
metallisch	Nr. 20 Kalium Aluminium sulfuricum, Nr. 8 Natrium chloratum, auch Nr. 21 Zincum chloratum
sauer, oder tranig - fischig	Nr. 9 Natrium phosphoricum
bitter	Nr.10 Natrium sulfuricum

2.17 Problemfeld Laktose

Wichtig für Diabetiker und Menschen mit Laktoseintoleranz:

Schüßler Kautabletten Nr. 1 bis Nr. 27 von Adler Pharma - geeignet für Personen mit Laktoseintoleranz und für Diabetiker, zahnfreundlich, nicht kariogen, ohne Weizenstärke, daher glutenfrei.

Achtung: Die Einnahme über den ganzen Tag verteilen. Auch alkoholische Dilutionen können verwendet werden „Schüßler Globuli“ entsprechen von der Dosierung her nicht der Heilweise und sind daher abzulehnen (1Tablette = 25g Globuli).

2.18 Kombinationen von Schüßler Salzen

Es können grundsätzlich alle Mineralstoffe miteinander kombiniert und eingenommen werden.

Paracelsus: „Wer heilt hat recht“, für uns abgewandelt: „Was (Wie es) hilft, hat (es) recht.“

Beispiele: Kartoffel, Sellerie, Mineralwasser

Antagonisten (Gegenspieler) gibt es sehr wohl in der Homöopathie, aber NICHT in der Biochemie nach Dr. Schüßler!

2.19 Verschiedene Hersteller, Qualitätsunterschiede

Die Herstellung erfolgt grundsätzlich gemäß dem homöopathischen Arzneibuch nach den gültigen GMP Richtlinien der Arzneimittelbetriebsordnung in Reinräumen. Die Schüßler Salze der Adler Pharma zeichnen sich durch höchste Qualität aus und enthalten keine Weizenstärke als Sprengmittel, sie sind daher glutenfrei. Sie enthalten auch kein Magnesiumstearat als Schmiermittel. Die Dosen sind Weichmacher frei und enthalten keine Duftstoffe!

3 Äußere Anwendung?

In der ersten Auflage der „Abgekürzten Therapie“ schreibt Dr. Schüssler:



„In den Krankheitsfällen, wo eine äußerliche Applikation möglich ist, also bei Quetschungen, Verbrennungen, Frostbeulen, Wildfleisch, Augenentzündungen u. s. w. ist neben dem inneren Gebrauch die äußere Anwendung (bei Tripper und Weißfluss Einspritzungen) sehr zweckdienlich.“
Mineralstoffe nach Dr. Schüssler kommen äußerlich als Bäder, Waschungen, Umschläge, Brei, Salben, Gele, Cremegele, Tropfen und Zäpfchen zur Anwendung.

3.1 Äußere Anwendung der Tabletten

Bäder, Einläufe, Vaginalspülungen, Waschungen, Umschläge, Brei

3.2 Adler Topics Linie – gute Produkte mit besonderer Sorgfalt hergestellt:

Verdünnte Mineralsalze:

Durch schrittweises Verdünnen der Mineralsalze wird im Endprodukt ein Gehalt an Mineralstoff so eingestellt, dass er rechnerisch dem Mineralstoffgehalt in den Tabletten entspricht: 1g Salbe entspricht 1g Tabletten im Gehalt an Mineralstoffen.

Die Adler Topics Produkte werden in eigenen Reinräumen freiwillig gemäß Kosmetik-GMP-Richtlinien und nach eigenen Rezepturen hergestellt.

- Sie enthalten so viel wie nötig und vor allem so wenig wie möglich an Konservierungsmitteln.
- Eco-zertifizierte Rohstoffe, biologische Öle zeichnen diese Produktreihe aus.
- Die meisten sind unparfümiert, einige Körperpflegeprodukte enthalten natürliche Duftstoffe der Naturkosmetik!
- Die Produkte sind dermatologisch und mikrobiologisch getestet.
- Umweltbewusst sparen wir Verpackung: keine Beipacktexte, keine Überkartons.

Adler Topics ohne viele unerwünschte Inhaltsstoffe:

- ohne hormonaktive Substanzen, wie Parabene oder Bisphenole
- ohne Paraffin
- ohne Vaseline
- ohne Triäthanolamin, ohne PEG (Polyethylenglykol)
- ohne Natrium Lauryl sulfat oder Natrium Laureth sulfat
- ohne Silikonöl
- ohne Nanopartikel
- ohne Mikroplastik
- ohne künstliche Duftstoffe oder Glanzmittel
- ohne Laktose
- vegane Produkte sind mit einem grünen Blatt gekennzeichnet



Tipp: Die Wiederholung führt zum Ziel, das gilt in der Biochemie nach Dr. Schüssler grundsätzlich: Sei es die Einnahme von Schüssler Salzen, von mehreren „heißen 7“ hintereinander, das Auftragen eines Breis, oder das Auftragen einer Creme mit verdünnten Mineralsalzen.

Die Topics werden unmittelbar nacheinander aufgetragen und mehr oder weniger intensiv, je nach Thema, einmassiert bis das Gewebe mit den Mineralstoffen gesättigt ist und die Haut die Creme nicht mehr gut aufnimmt.



4 Die 12 Mineralstoffe in einer ersten Übersicht und Charakterisierung

Nr.	Bezeichnung	Funktion – biochem. Zusammenhänge	Organ - Körperteil	Mangelerkrankungen
Nr. 1	Calcium fluoratum	Schutz, Elastizität, Form	Bindegewebe (Elastizität), Hüllen: Knochen, Aderwände, Hautoberfläche, Zahnschmelz Sehnen, Bänder	Hornhaut, Schrunden, Risse, Karies, Krampfadern, Senk-, Spreiz- oder Knickfuß, Knoten, welke Haut, Verhärtungen von Sehnen und Bändern, Haltungsschäden
Nr. 2	Calcium phosphoricum	Stabilität, Halt gebend, Eiweißverarbeitung, Stärkungsmittel	Knochen, Muskeln, Zahnbein, Rückgrat, Blutbildung	Osteoporose, Nasenbluten, verzögerte Knochenbildung, spätes Zahnen, Nasenpolypen, Spannungskopfschmerz
Nr. 3	Ferrum phosphoricum	Erste Hilfe, Transport, Sauerstofftransport	Blut, Gefäßsystem, Darm	Konzentrations Schwierigkeiten, niedriges Fieber (bis 38,8°), pulsierende, klopfende Schmerzen, Entzündungen, akute Erkrankungen
Nr. 4	Kalium chloratum	Drüsenbetriebsstoff, Entgiftung, Aufbau von Faserstoff, Bindegewebsaufbau	Drüsen, Bronchien, Blutviskosität	Husten (weißlich-schleimig), Hautgrieff, Couperose, Besenreiser
Nr. 5	Kalium phosphoricum	Energie, Gewebeaufbau, schwindende Lebensenergie	Milz, Nerven, Muskeln, Psyche	Mundgeruch, Weinerlichkeit, Verzagtheit, Burn out, Kraftlosigkeit
Nr. 6	Kalium sulfuricum	Abbau, Sauerstoffübertragung, Atmungskette	Bauchspeicheldrüse, Leber, Haut, Schleimhäute	„Lufthunger“ - übertriebenes Bedürfnis nach frischer Luft, Schuppen auf der Haut, chronische Hauterkrankungen, Pigmentflecken
Nr. 7	Magnesium phosphoricum	Antrieb, Anspannung, Entspannung, Enzymaktivator	Herz, Darm, Knochen	Nervliche Anspannung, kolikartige Schmerzen, - „Heiße Sieben“, Schokoladenhunger, Verlegenheitsröte
Nr. 8	Natrium chloratum	Entgiftung, Flüssigkeits- und Wärmeregulierung	Nieren, Blut, Schleimhäute, Knorpel	Schnupfen (wässrig-glasklar), feuchtigkeitsarme Haut, trockene Augen, trockene Schleimhäute, viel/wenig Durst, knackende Gelenke, Schlundbrennen
Nr. 9	Natrium phosphoricum	Entsäuerung, Fettstoffhaushalt, Zuckerabbau	Magen, Gewebe, Lymphe,	Pickel, Mitesser, fette oder spröde bzw. gespaltene Haare, fette oder fettarme Haut, Sodbrennen
Nr. 10	Natrium sulfuricum	Entschlackung, Abtransport	Leber, Galle	stinkende Winde, geschwollene Füße oder Hände, geschwollene Tränensäcke, Probleme im Dickdarm
Nr. 11	Silicea	Festigkeit, Bindegewebe	Bindegewebe (Brüchigkeit), Haut, Nerven, Haare, Nägel	Lichtempfindlichkeit, Ischiasschmerzen, Leistenbruch, Schweißfüße, Handschweiß, Dehnungstreifen, Risse im Gewebe, Falten, Osteoporose
Nr. 12	Calcium sulfuricum	Reinigung, Durchlässigkeit des Gewebes	Leber und Galle, Muskeln (Herz), Bindegewebe	chronische Eiterungen, Gicht, Rheuma, kompaktiertes Bindegewebe, es „stockt“



5 Übersicht über die 15 klassischen und 6 neuen Erweiterungsmittel

Nr.	Bezeichnung	Funktion – biochemische Zusammenhänge	Organ - Körperteil	Mangelerkrankungen
13	Kalium arsenicosum, Kaliumarsenit	Reinigung, Stärkung	Haut, Hypophyse/ Hypothalamus	Verlangsamt oxidative Prozesse, trockene Ekzeme, Stress, Schwächezustände mit Gewichtsverlust, übergeordnete Hormonregulation
14	Kalium bromatum, Kaliumbromid	Beruhigung, Entspannung	Hypophyse – Schilddrüse, Haut und Nervensystem	beruhigend – inneres Vibrieren, Schlaflosigkeit, Schilddrüsenregulativ oft in Kombination mit Nr. 15, Überanstrengungskopfschmerz
15	Kalium Iodatum, Kaliumlodid, Iodkalium	Steuerung des Grundumsatzes	Schilddrüse	Schilddrüsenregulativ, bei erhöhtem Blutdruck, regt Hirn -und Herzaktivität an, steuert den Grundumsatz
16	Lithium chloratum, Lithiumchlorid, Chlorlithium	Ausleitung, Gewebereinigung	Niere, Herz	Gicht, Rheuma vor allem der kleinen Gelenke, Harnsäure lösend, Entzündungen der ableitenden Harnwege
17	Manganum sulfuricum, Mangansulfat	Glukoseabbau, Enzymaktivator, Energiehaushalt	Energiestoffwechsel, Gehirn, Blut, Knorpel	Knorpelneubildung, Antioxidans - rheumatoide Arthritis, fördert die Aufnahme von Eisen im Körper, Arteriosklerose, Energiestoffwechsel, Diabetes
18	Calcium sulfuratum, Kalziumsulfid	Entschlackung, Reinigung	Leber	Abmagerung trotz Heißhunger, bremst oxidative Prozesse, Ausleitung von Quecksilber und schwer ausscheidbaren Substanzen generell
19	Cuprum arsenicosum, Kupferarsenit	Melaninbildung, Antioxidans, ZNS-Krämpfe	Darm, Leber, Blut, ZNS	Eisenmangel, Pigmentstörungen, Krämpfe des ZNS, Stress, Schwermetallausleitung,
20	Kalium-Aluminium sulfuricum, Kalium-Aluminiumsulfat, Alaun	Entschlackung, Verdauung		Obstipation, Blähkoliken, Schleimhauttrockenheit, Demenz, Aluminiumbelastung und Ausscheidung
21	Zincum chloratum, Zinkchlorid	Immunsystem, Antioxidans, Zelldifferenzierung, Säure-Basenhaushalt	Nerven, Niere, Leber, Schleimhäute, reproduzierende Organe	Schwermetallausscheidung, Haut, Haare, Nägel, Abwehrschwäche, Wachstumsprobleme, Hell/Dunkel-Adaption Schwermetallentgiftung
22	Calcium carbonicum, Kalziumkarbonat	Stabilität, Festigkeit, innerster Halt	härteste Schicht der Knochen	frühzeitiges Altern, Kindermittel, Säure-Basenhaushalt, Knochenmittel
23	Natrium bicarbonicum, Natriumbikarbonat, Natron	Säureüberladung, Ausscheidungsmittel	Belegzellen des Magens, Leber, Blut, Bauchspeicheldrüse	Säure-Basenhaushalt, Gicht, Rheuma, träger Stoffwechsel
24	Arsenum Iodatum, Arsentriiodid	Reinigung	Haut, Schleimhaut, Schilddrüse	Allergien, nässende Ekzeme, bremst Stoffwechselvorgänge
25	Aurum chloratum natronatum	Hormonsteuerung, Durchblutung, regelt die Körpertemperatur	Gehirn - Zirbeldrüse, Aorta	Herzkrankheiten, Arteriosklerose, Zirbeldrüse – Rhythmus im Leben, Menopause, PMS, Myome, Jetlag, Arthrose
26	Selenium	Wachstum, Antioxidans, Leberentgiftung,	Leber, Blut	Antioxidans, Schwermetalle, Augenerkrankungen, Immunsystem, Arteriosklerose, Thromboseprophylaxe
27	Kalium bichromicum	Glucosesteuerung, Cholesterinsteuern	Leber, Magen	Diabetes, Cholesterin, Stress, Akne, zähsträhige Schleimhautkatarrhe, Essbremse
28	Natrium vanadinicum Triglyceridsteuerung	Glucosesteuerung,		Diabetes, Fettstoffwechseldegenerative Veränderungen von Leber und Arterien, Osteoporose
29	Cobaltum metallicum	Anämie, Energiehaushalt	Blut	Ermüdung, Erschöpfung, Schilddrüse
30	Niccolum sulfuricum	Eisenhaushalt, Kohlenhydratabbau		Eisenverwertungsstörung, Energiegewinnung, Nickelallergie
31	Stannum metallicum	Immunsystem, Stärkung der Niere, Schwäche	Niere Thymusdrüse	Stärkung des Immunsystems, Stärkung der Niere, rezidivierende Blasenkatarrhe mit großer Schwäche, Regulierung der Salzsäurebildung im Magen
32	Natrium tetraboracicum	Knochenstoffwechsel, Antioxidans	Knochen	Osteoporose, Arthritis, Gelenkschmerzen, Energiehaushalt, Immunsystem, Hormonhaushalt, Gedächtnis
33	Molybdenum sulfuratum	Verdauung, Zuckerabbau Sulfitempfindlichkeit, Fluorhaushalt	Leber, Dickdarm	Blähungen, Störungen im Verdauungstrakt, Blutbildung, Blutbildung, Diabetes, Karies, Osteoporose (Einbau von Fluor)



Qualitätsprodukt
aus Österreich



Adler Pharma

SCHÜßLER SALZE



ENTSCHLACKEN ABNEHMEN mit Schüßler

• Hepaxen • Zell Basic • BaseCare basisches Bad • Stoffwechseltee • Evocell Körpercreme

www.adler-pharma.de

Erhältlich in Ihrer Apotheke.

6 Frühjahr: Die beste Zeit zum Entschlacken

6.1 Im Winter werden wertvolle Mineralstoffe vermehrt verbraucht und Schadstoffe stauen sich im Körper

Wenn der Organismus die Regenerations- und Entschlackungsarbeit im Winter nicht ausreichend leisten konnte, entsteht ein Rückstau an ausscheidungsnotwendigen Substanzen. Ist der Rückstau zu groß, greift der Organismus zu Notmaßnahmen:

- Sind die Abwehrkräfte im frühen Frühjahr erschöpft, kommt es vermehrt zu grippalen Infekten und daraus folgend zu Energielosigkeit und schleppender Müdigkeit.

Vorbeugend: Zell Immuferin

- Zu Beginn signalisiert der Körper, wie weit die Not schon fortgeschritten ist, der Betroffene fühlt sich in all seinen Gliedern wie zerschlagen. Es ist dies das erste Zeichen für einen grippalen Infekt, der indirekt auch einen Reinigungsprozess in Gang setzt.



Einnahmeempfehlung - bleiernes Gefühl in den Gliedern, wie zerschlagen:

30 Tabletten von Nr. 10 und

10 Tabletten von Nr. 3,

wenn notwendig mehrmals hintereinander, vom späten Nachmittag weg bis in den Abend hinein einnehmen.

Immunfeldstärkung, Abwehrschwäche:

Einnahme: Zell Immuferin oder

1. Stufe: Nr. 3

(eine Tablette nach der anderen)

2. Stufe: Nr. 3+5+8

+ Eisen Immun Adler Ortho Aktiv Nr. 3

Verkühlung = Reinigungsprozess

> niedriges Fieber: Transportqualität des Blutes – Mangel an

Nr. 3 Ferrum phosphoricum HINWEIS: Schüßler Fieberzäpfchen

> glasklarer Rotz aus der Nase (Schnupfen): Mangel an Nr. 8 Natrium chloratum HINWEIS: äußerliche Anwendung Cremegel Nr. 8, Schüßler Nasentropfen

> weißlicher Schleim aus den Bronchien (Husten): Mangel an Nr. 4 Kalium chloratum HINWEIS: Salbe H

Bei Belastung mit freien Radikalen: Eine Belastung mit freien Radikalen wirkt sich als Schwere im ganzen Körper aus.

Die antioxidative Funktion von Nr. 3 Ferrum phosphoricum trägt wesentlich zur Regeneration zellschützender Enzymsysteme bei, wie z. B. bei Glutathion, sowie zur Neutralisation zellschädigender Radikale und Peroxide.

Aus diesem Grund ist die Nr. 3 Ferrum phosphoricum DAS Antioxidans in der Biochemie nach Dr. Schüßler!

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

+ Eisen Immun Adler Ortho Aktiv 3

Um den Stoffwechsel zu aktivieren, ist es empfehlenswert zunächst Nr. 3 Ferrum phosphoricum mit **Eisen Immun Adler Ortho Aktiv 3 zu kombinieren, das bringt den Stoffwechsel wieder auf Trab:**



*„Die oben genannten Stoffe (Mineralstoffe) sind die Baumaterialien und die Funktionsmittel der Gewebe. **Baumaterial** sind sie durch ihre **Masse**, **Funktionsmittel** durch ihre **Qualität**.“*



6.2 Eisen Immun Adler Ortho Aktiv 3

Eisenstoffwechsel, Abwehrkräfte, Konzentration

Inhaltsstoffe pro Tagesdosis (= 3 Kapseln)

Inhaltsstoffe	pro 100 g	pro Tagesdosis (= 3 Kapseln)	NRV%*/ Tagesdosis
Eisen	0,98 g	15,0 mg	107%
Vitamin C	11,7 g	180 mg	225%
Vitamin A	26,1 mg	0,4 mg	50%
Selen	6,5 mg	0,1 mg	182%
Kupfer	130,4 mg	2,0 mg	200%
Pantothensäure	1,17 g	18 mg	300%
Niacin	1,11 g	17,0 mg	106%
Vitamin E	0,98 g	15 mg	125%
Vitamin B6	0,4 g	5,4 mg	386%
Riboflavin	0,3 g	4,5 mg	321%
Thiamin	0,3 g	4,0 mg	364%
Folsäure	26 mg	0,4 mg	200%
Biotin	9,8 mg	0,15 mg	300%
Vitamin B12	0,2 mg	0,003 mg	120%
Beta-Carotin	130,4 mg	2,0 mg	-
Chlorellapulver	3,3 mg	225 mg	-
Ginkgo biloba Extrakt	3,3 g	50,0 mg	-
entspricht Reinstoff Ginkgo biloba	156,9 g	2,4 g	-
davon Ginkgo Flavonoide	0,78 g	12 mg	-
Ingwerwurzelextrakt	26,1 g	400,0 mg	-
davon Gingerols	1,3 g	20,0 mg	-

* NRV – nutrient reference values.
Die Werte der Inhaltsstoffe beruhen auf Durchschnittswerten.

6.2.1 Thema Blut:

Nährstoff	Funktion
Eisengluconat	Makro, Aufbau des Hämoglobins, Funktionseisen – Atmungskette in Verbindung mit Elektronen übertragenden Systemen; Speichereisen – Muskeln
Kupfergluconat	fördert die Hämoglobinbildung, Eisenverwertungsstörung kann auch ein Kupfermangel sein. Kupfer ist Bestandteil des Coeruloplasmins – Transportmolekül für Kupfer durch Blut und Gewebe, es steigert den Einbau von Nahrungseisen ins Hämoglobin. Es oxidiert freies Speichereisen und macht es zum Einbau ins Hämoglobin verfügbar.
Vitamin B - Komplex	steigert die Lebensdauer der Erythrozyten, steigert die Blutbildung und die Hämoglobinbildung (gemeinsam mit Kupfer), Stoffwechselaktivierung, Panikattacken
Vitamin C gepuffert	verbessert die Eisenaufnahme (ums 5 – fache)
Chlorella Alge	Ähnlichkeit des Chlorophylls mit dem Hämoglobin, Antioxidans, Schadstoffe ausleitend

6.2.2 Thema Konzentration:

Nährstoff	Funktion
Vitamin B - Komplex	Energiestoffwechsel, fördert die Funktionen des Gehirns, ein Mangel senkt die Gedächtnisleistung, und führt zu Konzentrationsschwächen
Ginkgo biloba Extrakt	stärkt Konzentration und Gedächtnis, fördert die Gehirndurchblutung und wird bei Schwindel eingesetzt
Vitamin A und Beta Carotin	verbessert die Gehirnleistung, fördert den Amyloid-Abbau im Gehirn, Alzheimer-Vorsorge

6.2.3 Thema Antioxidans, Steigerung von Abwehrkräften, Entzündungen:

Nährstoff	Funktion
Ingwerwurzel Extrakt	Ingwer wirkt entzündungshemmend, schmerzstillend und verdauungsfördernd
Selen	steigert den Immunstoffwechsel, steigert die Aktivität der natürlichen Killerzellen, erhöht die Aktivität der Glutathionperoxidase
Vitamin A und Beta Carotin	fördern den Immunstoffwechsel, auch die Hämoglobinsynthese
Vitamin C	steigert die Immunleistung, ist antiviral, ein Antioxidans des wässrigen Mediums, entzündungshemmend, bei niedrigem Fieber anwendbar
Vitamin E	Lipophiles Antioxidans, steigert die Lebensdauer der Erythrozyten, entzündungshemmend, steigert die Immunantwort



6.3 Müdigkeit ist ein Frühjahrsthema

Verschiedene Arten von Müdigkeit

Im Frühjahr stellt sich Müdigkeit ein, weil im Winter die Speicher an Mineralstoffen überaus beansprucht werden. In dieser Zeit wollen viele Menschen abnehmen und ihr über den Winter zugelegtes Gewicht wieder reduzieren.

Abnehmen benötigt jedoch Energie. Das ist vor allem für geschwächte und ausgepowerte Menschen von großer Bedeutung und sollte in die Beratung unbedingt mit einfließen. Noch dazu stellt sich im Laufe einer Entschlackungskur, bzw. einer Fastenkur immer wieder übler Mundgeruch ein, was ein Zeichen für einen hohen Bedarf an Nr. 5 Kalium phosphoricum ist.

Nr. 5 Kalium phosphoricum ist der Betriebsstoff der körperlichen Energie und ist der wichtigste Bestandteil des Zell Vita Komplexes.

Die Kombination mit Kalium Energie Adler Ortho Aktiv 5 ist gerade in Zeiten eines hohen Energiebedarfes sehr zu empfehlen.

In der Biochemie nach Dr. Schüßler differenzieren wir in der Beratung, um welche Art von Müdigkeit es sich handeln könnte, je nachdem, wie der Kunde seine Befindlichkeit beschreibt:

- **Allgemeine Müdigkeit** - Vermeidung von Anstrengung auf verschiedenen Gebieten: Nr. 3 Ferrum phosphoricum
- **Erschöpfung, Mutlosigkeit, Verzagtheit:** Nr. 5 Kalium phosphoricum oder Zell Vita + Kalium Energie Adler Ortho Aktiv 5
- **Mattigkeit, Müdigkeitsloch aufgrund Übersäuerung:** Nr. 9 Natrium phosphoricum + Basen Plus Adler Ortho Aktiv 9
- **Schwere, zutiefst innen liegende Erschöpfung**, wenn der Mensch wenig Rücksicht auf seine körperlichen Grundlagen nimmt, Workaholic, Schlupflider: Nr. 22 Calcium carbonicum
- **Weinerlichkeit** aus Erschöpfung: Nr. 5, oder Zell Vita + Kalium Energie Adler Ortho Aktiv 5
- **Weinerlichkeit** emotional bedingt: Nr. 15
- **Nach Aufregung oder emotionalem Stress:** Zell Calmin
- **Intellektuelle Erschöpfung:** Nr. 17 Manganum sulfuricum oder Zell Nubliron + Eisen Immun Adler Ortho Aktiv 3
- **Allgemeiner Energiemangel:** Zell Vita + Kalium Energie Adler Ortho Aktiv 5

Power Mischung:

Nr. 3 Ferrum phosphoricum + Nr. 5 Kalium phosphoricum + Nr. 8 Natrium chloratum.

Anmerkung: Das „Energieorgan“ im Körper ist die Milz, weshalb es bei energetischen Problemen im Sport häufig zum Seitenstechen kommt.

Ist der Stoffwechsel blockiert weil träge, dann fällt das Abnehmen schwer. Daher ist es wichtig im Frühjahr den Stoffwechsel wieder auf Trab zu bringen. Der Energiehaushalt muss aufgebaut werden.



6.4 Verschiedene Arten von Erschöpfung

- **Regeneration nach Operationen und schweren Krankheiten:** Power Mischung
Bei Blutverlust Nr. 2 Calcium phosphoricum dazu empfehlen.
Bei Mundgeruch, grau im Gesicht: Hauptnummer Nr. 5 Kalium phosphoricum
Einnahme: **Zell Vita** oder
 1. Stufe: Nr. 2+5
 2. Stufe: Nr. 2+3+5+8+ Kalium Energie Adler Ortho Aktiv 5
- **Niedergeschlagenheit, Bedrücktheit, Verzagttheit (v.a. bei älteren Menschen)**
Einnahme:
 1. Stufe: Nr. 5+15
 2. Stufe: Nr. 3+5+15
 3. Stufe: Nr. 3+5+6+15+22+ Eisen Immun Adler Ortho Nr. 3 + Kalium Energie Adler Ortho Aktiv 5
- **Unterstützung bei Erschöpfungsdepressionen, in Richtung Burn-Out-Syndrom**
(vor allem im psychosomatischen Bereich!), zur Begleitung der fachärztlichen
Behandlung: Zell Vita + Kalium Energie Adler Ortho Aktiv 5
- **Vegetative Dystonie**, diese Erschöpfung zeigt sich in Kopfschmerzen, Magen-Herz-Atembeschwerden, ausgelöst durch Stress, psychische Belastungen, unbewältigte Konflikte, in Müdigkeit, larvierter Depression und Rückenschmerzen. Bei allen diesen Beschwerden kann Nr. 5 Kalium phosphoricum + Nr. 7 Magnesium phosphoricum, vor allem begleitend zur medizinischen Behandlung eingesetzt werden. Täglich Nr. 5 Kalium phosphoricum allein hoch dosiert oder gemeinsam mit 5-10 g ecithin kann gut helfen, ebenso Zell Vita + Lecithin hoch dosiert, bzw. Kalium Energie Adler Ortho Aktiv 5.
- **Erschöpfung aufgrund von Stress:** tagsüber Zell Vita, abends Zell Calmin
- **Erschöpfung aufgrund von Schlafproblemen oder Unruhe:** Zell Calmin
- **Erschöpfung aufgrund von Einschlafproblemen im Klimakterium:** Zell Euclim
- **Erschöpfung mit Gedächtnisverschlechterung einhergehend – „Stressdemenz“,** auch durch überbeanspruchte Gedankenarbeit: Zell Nubliron
- **Erschöpfung als Folge von Schock:** Nr. 5 Kalium phosphoricum + Nr. 12 Calcium sulfuricum
- **Erschöpfung durch Reisen, Jetlag, Klimaumstellung, Zeitumstellung:** Zell Calmin oder 1+5+25
- **Energielosigkeit beim Reisen:** Zell Vita



6.5 Zell Vita Adler Pharma

Zell Vita Adler Pharma ist für folgende Indikationen zugelassen:

Zur Förderung der Energiebereitstellung bei leichten Formen von Kraftlosigkeit und Erschöpfung wie z.B. in Zeiten hoher Leistungsanforderungen, auch zur Vorbeugung (Prophylaxe).

Zell Vita bei Frühjahrsmüdigkeit!

Viele Menschen klagen im Frühjahr über mangelnde Energie und Müdigkeit, die zum wochenlangen Begleiter werden. Allgemein wird dieser unangenehme Zustand als „Frühjahrsmüdigkeit“ bezeichnet.

Mit Schüßler Salzen kann der eigene Energiehaushalt so ausbalanciert werden, dass die eigenen Kräfte wieder optimal eingesetzt werden können.

In Zeiten hoher Leistungsanforderungen hilft Zell Vita, den Energiehaushalt auszubalancieren und die eigenen Kraftressourcen optimal zu nutzen. Deshalb ist Zell Vita im Frühjahr die richtige Unterstützung bei Frühjahrsmüdigkeit! Zell Vita kann auch prophylaktisch eingesetzt werden, um einem Energieabfall vorzubeugen.

Was bedeutet Energiebereitstellung?

Energiebereitstellung ist eine tägliche Anforderung in unserem Leben. Je besser uns diese gelingt, desto wohler fühlen wir uns. Bei starken Wetterschwankungen und Föhn, die ja im Frühjahr öfter auftreten, kommt es oft zu Einbrüchen im Energiehaushalt. Dazu zählt auch die schon erwähnte Frühjahrsmüdigkeit.

Ein anstrengender Berufsalltag, lange Arbeitszeiten oder herausfordernde Aus- und Fortbildungsmaßnahmen sowie erhöhte Lernleistung und Konzentration beanspruchen den Energiehaushalt nachhaltig, deshalb unterstützt die Einnahme von Zell Vita Schüler, Studenten und Personen in einer Umschulungsphase beim Lernen.

Empfohlene Dosierung:

Akutphase – Erwachsene und Kinder

Kinder von 6 bis 12 Jahren:

Anfangs alle 10 Minuten 1 Tablette im Mund zergehen lassen.

Bei Nachlassen der Beschwerden alle 20 Minuten 1 Tablette im Mund zergehen lassen.

Erwachsene und Jugendliche ab 12 Jahre: Anfangs alle 5 Minuten 1 Tablette im Mund zergehen lassen. Bei Nachlassen der Beschwerden alle 15 Minuten 1 Tablette im Mund zergehen lassen.

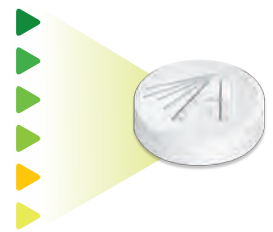
Vorbeugung – Erwachsene und Kinder

Kinder von 6 bis 12 Jahren: Halbstündlich 1 Tablette im Mund zergehen lassen.

Erwachsene und Jugendliche ab 12 Jahre: Alle 20 Minuten 1 Tablette im Mund zergehen lassen.

Bei Kindern kann die Tablette mit ein paar Tropfen Wasser zu einem Brei verrührt werden.

Zell Vita Tabletten können bis unmittelbar vor dem Essen und ab 15 Minuten nach dem Essen eingenommen werden.



6.5.1 Die Mineralstoffe von Zell Vita bezogen auf die Indikation

Nr. 3 Ferrum phosphoricum D12:

Nr. 3 Ferrum phosphoricum ist ein wesentlicher Betriebsstoff für die Energiebereitstellung im Körper: Er ist wichtig für die Blut- und Kreislauforgane, daher kommt es bei einem Mangel schneller zu Ermüdung. Auch für die Muskelenergie ist dieser Mineralstoff bedeutend und wird zur Vorbeugung des Muskelkaters angewendet, auch das Nervensystem wird gestärkt.

Das Mittel ist lebenswichtig und wird neben anderen als Mittel bei körperlicher Überanstrengung der Muskeln, bei übermäßiger sportlicher Betätigung usw. angeführt.

Die Bedeutung des Mittels hinsichtlich Konzentration und Leistungsfähigkeit sowie Müdigkeit wird hervorgehoben: Fehlt dieses Mittel, kommt es zu Lernstörungen, reduzierte körperliche und geistige Belastbarkeit. Es ist daher Bestandteil der allseits bekannten Power- oder Energiemischung in Kombination mit Nr. 5 Kalium phosphoricum und Nr. 8 Natrium chloratum.

Nr. 4 Kalium chloratum D6:

Kalium chloratum findet sich in den Gehirnzellen, Nerven- und Muskelzellen. Seine Bedeutung liegt darin, dass es den Zellstoffwechsel anregt.

Nr. 4 Kalium chloratum wird als Bestandteil jeder Zelle, insbesondere der roten Blutkörperchen, welches auch auf die Erregbarkeit von Nerven und Muskeln Einfluss hat, beschrieben. Es soll beim Eiweißaufbau und in der Kohlenhydratverwertung eine Rolle spielen und außerdem Stoffwechsel anregend wirken.

Kalium chloratum Nr. 4 wird als Betriebsstoff für Drüsen, den Aufbau aller Faserproteine, des Bindegewebes und des Muskel- und Nervenfaseraufbaues genannt und ebenso als Mittel des Gefühls- und Gemütshaushaltes angesehen.

Nr. 5 Kalium phosphoricum D6:

Dr. Wilhelm Heinrich Schüßler selbst beschreibt in seiner Abgekürzten Therapie das „Phosphorsaure Kali“ folgendermaßen: Zitat: „*Phosphorsaures Kali ist in den Gehirn-, Nerven-, Muskel- und Blutzellen (Blutkörperchen), sowie im Blutplasma und den übrigen Interzellularflüssigkeiten enthalten.*“ Er führt weiter an, dass ein Mangel zu Zaghaftigkeit, Ängstlichkeit, Weinerlichkeit, Gedächtnisschwäche u.s.w. führe. In den Nerven komme es zu Nervenschwäche und Lähmungen, auch führe ein Mangel zu Muskelschwäche.

Dieses Mittel heile Neurasthenie, Lähmungen, Mundfäule, auch Alopecia areata u.s.w.

Nr. 5 Kalium phosphoricum gilt daher als Nervenmittel und wird bei nervöser Überreiztheit, Weinerlichkeit, Gedächtnisschwäche und nervösen Zuständen aller Art gegeben. Nr. 5 Kalium phosphoricum wird als Mittel der Regenerationskraft der Zellen angewendet.

Es soll nach Ansicht von Moleschott und später auch Hickethier einen entscheidenden Einfluss auf die Bildung und Verwertung des Lecithins haben und deswegen für Funktion von Nerven und Gehirn wichtig sein. Die besondere Bedeutung auf den Einfluss auf Gedächtnisschwäche und Konzentrationsstörungen wird explizit angeführt, ebenso wird die Anwendung in der Prophylaxe zur Unterstützung in Lern- und Prüfungssituationen hervorgehoben.

In weiterer Folge wird die Wirkung und Bedeutung für den Energiehaushalt, vor allem mit Bezug auf Erschöpfung, bis hin zu Erschöpfungszuständen mit depressiven Verstimmungen dargelegt. Als Bestandteil der „Powermischung“ ist es bestens bekannt:

Nr. 3 Ferrum phosphoricum, Nr. 5 Kalium phosphoricum, Nr. 8 Natrium chloratum.

Nr. 7 Magnesium phosphoricum D6:

Nr. 7 Magnesium phosphoricum ist ein wichtiges Nerven- und Schwächemittel, es wird auch bei Erregungszuständen gegeben. Es wirkt entspannend auf das Vegetativum und steuert den Erregungszustand von Herz, Nerven, Drüsen und Muskeln und wirkt beruhigend auf den Grundumsatz des Organismus. Es löst Krämpfe und wirkt entspannend.

Nr. 7 Magnesium phosphoricum hat Einfluss auf die Energiegewinnung in den Zellen, es ist das Mittel des vegetativen Nervensystems, daher auch bei Stress anzuwenden, wo es als Stressschutzstoff dient. Es ist ein Drüsen- und Krampfmittel, sowie Mittel der unwillkürlichen Muskulatur. Als Nervenmittel löst es unerschwellige Anspannungen.

Nr. 8 Natrium chloratum D6:

Dr. Schüßler selbst schreibt in seiner Abgekürzten Therapie:

Zitat: „Das in der Zelle durch die erwähnte Verbindung entstandene Chlornatrium zieht Wasser an. Demzufolge vergrößert sich die Zelle und teilt sich. Nur auf diese Weise können Zellteilungen behufs Zellenvermehrung sich vollziehen.“

Nr. 8 Natrium chloratum unterstützt den aufbauenden Wasserhaushalt und dient der Neubildung von Zellen sowie der "Säfte" Erneuerung. Es unterstützt das Nervensystem bei Konzentrationsschwäche.

Natrium chloratum wird als Mittel für die Bildung der Gewebe und der Regeneration des Körpers beschrieben und als Mittel der osmotischen Vorgänge in den Zellen.

Natrium chloratum stärkt die Geschmacksknospen der Zunge und die Riechzellen der Nase und nimmt Einfluss auf die Weiterleitung der Sinnesreize.

Nr. 17 Manganum sulfuricum D12:

Nr. 17 Manganum sulfuricum wird als Blutbildungsmittel empfohlen, welches auch bei Ermüdungszuständen, Kreislaufschwäche, Nerven-, Gedächtnis- und Konzentrationsschwäche eingesetzt wird.

Nr. 17 wird ebenfalls als Mittel der Energiegewinnung angeführt und erfolgreich empfohlen, z.B. in der erweiterten Power Mischung.

Die Einnahme bei Energielosigkeit, Nervenschwäche, Gedächtnisschwäche, Überarbeitung ist bekannt und hilfreich. Es erhöht die Leistungsfähigkeit bei starker körperlicher Betätigung und beim Sport. Es stärkt das Nervensystem, hilft bei Ermüdungserscheinungen, Lern- und Konzentrationsschwäche und Neuralgien und hilft müden, erschöpften Menschen.

Wertvolle Zusatzempfehlung zu Zell Vita – Kalium Energie Adler Ortho Aktiv Nr. 5

Mögliche Anwendung im Sinne eines Funktionsmittels:

- Anämie: Nr. 2 + Nr. 3 + Nr. 17 + Nr. 19 + Nr. 29
- Stärkungsmittel: Ermüdung, Erschöpfung, Power-Mischung + Nr. 29 oder Zell Vita + Nr. 29
- Positiver Einfluss auf die Schilddrüse (Homöopathie)
- vegane Ernährung: Nr. 29 Cobaltum metallicum



Qualitätsprodukt
aus Österreich



Adler Pharma
SCHÜßLER SALZE

MAGEN-FITKUR

SAUER MACHT NICHT LUSTIG





6.6 Kalium Energie Adler Ortho Aktiv 5

Konzentration, Nervenahrung, Vitalität

Die Kombination von Zell Vita und wertvolle Zusatzempfehlung zu Zell Vita – Kalium Energie Adler Ortho Aktiv Nr. 5 ist empfehlenswert.

Claim: Kalium - stärkt Nerven, Gedächtnis und Leistungsfähigkeit.

Kalium

Kalium ist ein sehr wichtiger Mineralstoff und dient der Energiegewinnung sowie der Energiespeicherung. Es unterstützt den Aufbau der Energiereserven im Muskel. Ein Mangel führt zu Muskelschwäche und allgemeiner Erschöpfung. Kalium ist wichtig für Nerven, die Stabilität und Aktivität der Zellen, aber auch für das Säure-Basen-Gleichgewicht. Es beeinflusst die Impulsübertragung zwischen Muskeln und Nerven.

Kalium fördert eine psychische Ausgeglichenheit und steigert die Stressresistenz. Zu den meist sehr unspezifischen Symptomen des Kaliummangels zählen Muskelschwäche, Müdigkeit, Reizbarkeit und Konzentrationsschwäche. Langandauernde Einnahme von Abführmitteln führt zu Kaliumverlusten und verstärkt damit die Darmträgheit.

95% des Körperbestandes an Kalium befinden sich in den Zellen, nur ein geringer Anteil befindet sich in der Flüssigkeit außerhalb der Zellen. Störungen im Kaliumhaushalt beeinträchtigen die Funktion aller Nerven- und Muskelzellen und können am Herzen zu Rhythmusstörungen führen. Darüber hinaus ist Kalium wichtig für den Glucosetransport in die Zellen und die Eiweißbiosynthese.

Lecithin

Lecithin und Vitamin B-Komplex machen Gehirn und Nerven fit. Lecithin gehört zur Gruppe der Phospholipide und fördert die Leistungsfähigkeit von Gehirn und Nerven und ist ein lebenswichtiger Bestandteil jeder menschlichen Zelle. Lecithingaben führen zur Erhöhung der Hirnleistung mit Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit und der Gedächtnisleistung. Phospholipide sorgen für ein starkes Nervenkostüm. Die Nervenzellen brauchen Phospholipide und B-Vitamine, um die Nervenschutzmembranen aufzubauen. Auch für den Stoffwechsel von wichtigen Botenstoffe im Gehirn sind beide Komponenten von großer Bedeutung.

Aus wissenschaftlichen Studien weiß man, dass eine Lecithinzufuhr bei gesunden älteren Menschen die Gedächtnisleistung wesentlich verbessert.

Inhaltsstoffe pro Tagesdosis (= 3 Kapseln)

Inhaltsstoffe	pro 100 g	pro Tagesdosis (= 3 Kapseln)	NRV%*/ Tagesdosis
Kalium	16,9 g	300 mg	15%
Sojalecithin	16,9 g	300 mg	-
davon Omega-6-Linolsäure	4,7g	84 mg	-
davon Phosphatidylcholin	3,9 g	69 mg	-
davon Phosphatidylethanolamin	3,4 g	60 mg	-
davon Phosphatidylinisol	2,4 g	42 mg	-
davon Omega-3-Linolensäure	0,6 g	10,2 mg	-
Niacin	2,7 g	48 mg	300%
Pantothensäure	1,0 g	18 mg	300%
Vitamin B6	0,3 g	5,4 mg	386 %
Riboflavin	0,2 g	4,2 mg	300%
Thiamin	0,2 g	4 mg	364%
Folsäure	34 mg	0,6 mg	300%
Biotin	8,5 mg	0,15 mg	300%
Vitamin B12	0,4 mg	9 µg	300%

* NRV – nutrient reference values.
Die Werte der Inhaltsstoffe beruhen auf Durchschnittswerten.

Vorkommen in der Ernährung: Phospholipide kommen in Eigelb und Leber vor, Soja ist besonders reich an Lecithin.

Vitamin B-Komplex

Die B-Vitamine haben eine Fülle an Aufgaben im menschlichen Körper:

Die Vitamine des B-Komplexes unterstützen die Gehirnfunktion, die Aufmerksamkeit, Gedächtnisleistung und Leistungsfähigkeit des Nervensystems. Ihnen kommt im Eiweiß-, Fett- und Kohlenhydratstoffwechsel des menschlichen Organismus eine essentielle Rolle zu. Alle B-Vitamine arbeiten als „erfolgreiches Team“ für den Zellstoffwechsel in nahezu jeder Körperzelle. Fehlt eines der B-Vitamine, dann ist das gesamte Netzwerk beeinträchtigt: Die Steuerung der Nerven- und Herzfunktion, die Blutbildung, Produktion von Nervenbotenstoffen und Gesunderhaltung von Haut und Haaren. Sie sind vor allem bedeutend für die Steuerung der Energiegewinnenden Prozesse in den Zellen, durch Umwandlung von Kohlenhydraten in Energie.

Die einzelnen B-Vitamine und Ihre Bedeutung im menschlichen Körper:

Vitamin B1 – Thiamin: wichtig für Energiestoffwechsel, die geistige Leistungsfähigkeit, Steuerung der Nervenimpulse, Bereitstellung von Nervenbotenstoffen im Gehirn, Kollagenaufbau für Haut, Knorpel und Knochen

Vitamin B2 – Riboflavin: Energiegewinnung, Kollagenaufbau für Haut, Knorpel und Knochen, Aktivierung von Vitamin B3 und B6, Blutbildung, Antioxidans, Schilddrüsenhormonproduktion, Schutz der Augenlinse vor Linsentrübung, Entgiftungsprozesse

Vitamin B3 – Niacin: Energiestoffwechsel, Blutzuckerregulierung, Reparatur der Erbsubstanz (DNS), sehr wirksamer Radikalfänger, Blutfettsenker, im Hirnstoffwechsel – Produktion der Botenstoffe für Stimmungslage und gesunden Schlaf

Vitamin B5 – Pantothersäure: Energiestoffwechsel, Bildung von Sexual- und Wachstums-hormonen, Vitamin A- und D-Bildung, Haar- und Hautwachstum und Pigmentierung, Blutbildung, wichtig für das Immunsystem

Vitamin B6 – Pyridoxin: Eiweißstoffwechsel, Fettaufbau zum Schutz des Nervenmarks, stärkt das Immunsystem, Blutbildung, Herstellung von Niacin, Taurin und Kreatin – „Kraftstoffe“ des Körpers

Folsäure: Eiweißaufbau, Zellwachstum und Zellteilung, Blutbildung, Schwangerschaft – gesunde Entwicklung des Kindes, entgiftet die für Gefäße und Nerven schädliche Aminosäure Homocystein, Produktion von Nervenbotenstoffen

Vitamin B12 – Cobalamin: Eiweißaufbau, Zellwachstum und Zellteilung, Blutbildung, Bildung der Myelinscheiden– die Nervenschutz- und Isolierschicht, Folsäurestoffwechsel, Homocysteinentgiftung gemeinsam mit Folsäure und Vitamin B6

Biotin: Energiestoffwechsel, Aufbau von Fettsäuren und Zellmembranen, Haar- und Nagelwachstum, Blutbildung, Immunsystem stärkend

Zutaten:

Kaliumhydrogenphosphat, Füllstoff mikrokristalline Cellulose, Hydroxypropylmethylcellulose, Sojalecithin, Maltodextrin, Niacin, mittelkettige Fettsäuren – aus Pflanzenöl, Kieselerde, Calciumpantothenat, Pyridoxolhydrochlorid, Thiaminhydrochlorid, Riboflavin, Folsäure, Biotin, Cyanocobalamin



Zusammenfassend: Zur Beratung empfiehlt es sich bei Frühjahrsmüdigkeit eine Kombination von Zell Vita mit Kalium Energie Adler Ortho Aktiv 5. Bei geschwächter Abwehrkraft hilft Zell Immuferin in Kombination mit Eisen Immun Adler Ortho Aktiv 3.



7 Abnehmen

7.1 Gründe einer Gewichtszunahme

Die zentrale Frage für jede Gewichtszunahme ist das „Warum“ dahinter. Dabei sollte zuerst eine sehr oft dahinterliegende ungesunde Lebensführung angeschaut und dann korrigiert werden, da Übergewicht schließlich in ernsthaften chronischen Erkrankungen mündet.

- **Wächst der Appetit?**
psychische Probleme – Frustesser, Abgrenzungsprobleme, Mineralstoffmangel (z.B. Nr. 9)
- **Einseitige Ernährung?**
Ernährungsfehler aller Art: Fast Food, zu viel Fleisch (zu viel Eiweiß), zu wenig Gemüse
- **Umweltbelastungen**
Farbstoffe aus Kleidung, Aluminiumhaltige Deos, Kosmetika, Mikroplastik, freie Radikale, Feinstaub, Abgase, usw.
- **Schilddrüsenprobleme?**
Abklärung durch den Arzt, vor allem in Pubertät oder Klimakterium, träger Stoffwechsel - Grundumsatz
- **Klimakterium, Menopause**
- **Bewegungsmangel**
- **Diverse chronische Erkrankungen**, die den **Säure-Basenhaushalt** stören

7.2 Aufgaben der Leber

Die Leber spielt in unserem Stoffwechsel eine zentrale Rolle und ist durch die Belastungen in der heutigen Zeit besonders gefordert. In diesem Zusammenhang wird hingewiesen, dass Leber und Galle sowie die Gallenwege untrennbar miteinander verbunden sind und daher immer im Zusammenhang gesehen werden müssen.

Viele Menschen haben eine latente Schwäche der Leber, ohne bereits krank zu sein, ja sogar ohne davon zu wissen. Oftmals ist man schon an viele kleine Unpässlichkeiten gewöhnt und hält sie für normal. In der Biochemie nach Dr. Schüßler benennen wir solche Beschwerden als Betriebsstörungen.

7.2.1 Entgiftung körpereigener und körperfremder Substanzen

Eine der wichtigsten Aufgaben der Leber besteht in der Entgiftung sowohl körpereigener Stoffwechselprodukte (Endobiotika) wie Ammoniak und Bilirubin (Nr.10 Natrium sulfuricum) als auch von außen zugeführter toxischer Substanzen (Xenobiotika) wie Arzneimittel, Koffein, Alkohol, Pestizide, Geschmacksverstärker, Farbstoffe, Abgase, usw.

Die Belastung mit Xenobiotika ist heutzutage ein riesiges Problem geworden. Immer häufiger erfährt man von toxischen Substanzen in Trinkwasser, Fleisch, Gemüse, Kleidung, Kosmetika und Einrichtungsgegenständen, auch belasten zunehmend die vielen Arzneimittel, die viele Menschen heute benötigen.

Die Biotransformation

Grundsätzlich muss die Leber diese chemischen Verbindungen so umwandeln, dass fettlösliche zu wasserlöslichen Stoffen und dadurch ausscheidbar werden. Diesen Prozess der Umwandlung als Vorbedingung zur Ausscheidung nennt man Biotransformation.

Zuständige Betriebsstoffe: Nr. 10 Natrium sulfuricum, Nr. 18 Calcium sulfuratum, Nr. 21 Zincum chloratum, Nr. 26 Selenium

Die beschriebenen ausscheidbar gemachten Endprodukte können entweder mit der Galle in den Darm abgegeben und über den Stuhl ausgeschieden werden oder sie werden von der Leber so verändert, dass sie über Harn, Schweiß oder Atemluft den Körper verlassen.

Zuständige Betriebsstoffe: Nr. 10 Natrium sulfuricum, Nr.23 Natrium bicarbonicum, Nr. 33 Molybdenum sulfuratum

7.2.2 Eiweißstoffwechsel - Auf- und Abbau

Neben der Bildung von Plasmaeiweißen baut die Leber auch das stickstoffhaltige Abbauprodukt der Aminosäuren Ammoniak in Harnstoff um.

Aufbau von Plasmaeiweiß

Alle Eiweiße, die im Blutplasma vorkommen, werden in der Leber gebildet. Man unterscheidet Albumine und Globuline.

Albumine: Albumin bindet das im Blut vorhandene Wasser an sich, aber auch andere wichtige Stoffe. Fehlen dem Körper Aminosäuren oder ist die Leber geschwächt, sind die Albumine im Blut vermindert. In der Folge kann nicht genügend Wasser im Blut transportiert werden. Dieses Wasser bleibt im Gewebe liegen.

Zuständige Betriebsstoffe: Nr. 2 Calcium phosphoricum, Nr.8 Natrium chloratum, Nr. 10 Natrium sulfuricum

Globuline: Globuline sind Fibrinogen, Prothrombin und andere Eiweiße, die dem Blut die Fähigkeit geben, bei Bedarf zu gerinnen; für die Bildung von Prothrombin benötigt die Leberzelle das fettlösliche Vitamin K. Zu den Globulinen gehören wichtige Transportproteine für den Transport von Schilddrüsenhormon, Kupfer, Eisen, Vitamin B12 sowie von Triglyceriden und Cholesterin (HDL, LDL). Auch die Steroidhormone liegen im Blut gebunden an bestimmte Globuline vor.

Zuständige Betriebsstoffe: Nr. 2 Calcium phosphoricum, Nr. 3 Ferrum phosphoricum, Nr. 4 Kalium chloratum, Nr. 9 Natrium phosphoricum, Nr. 10 Natrium sulfuricum, Nr. 19 Cuprum arsenicosum, Nr. 21 Zincum chloratum

Eiweißabbau

Ammoniakabbau: Ammoniak entsteht durch eiweißreiche Ernährung beim Abbau der Aminosäuren und ist für den Körper eine sehr giftige Verbindung. Ammoniak wird in der Leber in Harnstoff umgebaut, welcher über die Nieren im Harn den Körper verlassen kann.

Zuständige Betriebsstoffe: Nr. 2 Calcium phosphoricum (Eiweißsteuerung), Nr. 10 Natrium sulfuricum, Nr. 12 Calcium sulfuricum (Eiweißabbau), Nr. 17 Manganum sulfuricum

Purinabbau: Purine sind Bestandteile von Nukleotiden (RNA und DNA), bei ihrem Abbau entsteht Harnsäure. Der Abbau erfolgt vorwiegend in Leber und Niere. Der Purinabbau in Leber und Nieren erfolgt über die Xanthinoxidase, die Molybdän, Eisen und Schwefel enthält. Eine erhöhte Harnsäurekonzentration im Blut kann Nierenschäden und Gichtanfälle nach sich ziehen. Neuere Untersuchungen zeigen den Einfluss von Übergewicht auf einen erhöhten Harnsäurespiegel auf.

Zuständige Betriebsstoffe: Nr. 8 Natrium chloratum, Nr. 9 Natrium phosphoricum, Nr. 10 Natrium sulfuricum, Nr. 16 Lithium chloratum, Nr. 33 Molybdenum sulfuratum

7.2.3 Fettstoffwechsel

Die Leber baut Cholesterin auf, welches Ausgangsstoff für die Bildung von Vitamin D und die Steroidhormone (Glukocorticoide, Östrogene u.a.) ist. Außerdem enthalten die Membranen der Zellen Cholesterin. Bei einem Nahrungsüberangebot speichert die Leber Fette in Form von Triglyceriden, die sie bei Bedarf auch wieder abbauen kann. Die Leber kann aus Fettsäuren über die Beta-Oxidation Energie gewinnen und Fettsäuren in Ketosäuren umwandeln. Die Letzteren dienen bei geringerer Nahrungsaufnahme als Energiespender für die Muskelzellen.

Bei überkalorischer Ernährung werden die Leberzellen mit Lipoproteinen überfüllt, sodass man dann von einer Fettleber sprechen kann. Eine mögliche Ursache für die Verfettung der Leber ist der übermäßige Genuss von Alkohol.

Zuständige Betriebsstoffe: Nr. 9 Natrium phosphoricum, Nr. 10 Natrium sulfuricum, Nr. 27 Kalium bichromicum, Nr. 28 Natrium vanadinicum

7.2.4 Kohlenhydratstoffwechsel

Die Leber speichert Glukose in Form von Glykogen. In geringerem Maße kann Glykogen auch in den Muskelzellen gespeichert werden. Bei Energiebedarf, der momentan nicht durch Nahrungszufuhr gedeckt wird, setzt die Leber aus Glykogen Glukose in den Blutkreislauf frei und wirkt auf diese Weise an der Stabilisierung des Blutzuckers mit. Außerdem ist die Leber am Prozess der Bildung von Glukose beteiligt, der Glukoneogenese.

Zuständige Betriebsstoffe: Nr. 9 Natrium phosphoricum, Nr. 10 Natrium sulfuricum, Nr. 27 Kalium bichromicum

7.2.5 Daneben hat die Leber weitere Aufgaben zu erfüllen

wie Alkoholentgiftung (Nr. 21 Zincum chloratum) und Arzneimittelmetabolismus, was hier aber den Rahmen sprengen würde. Eine bedeutsame Rolle spielt die Leber beim Abbau von Insulin, Melatonin und der Steroidhormone (Glukokortikoide, Adrenalin, Noradrenalin, Östrogene, Androgene und Mineralkortikoide).

Die Leber erfüllt im Rahmen des Immunsystems in Zusammenarbeit mit der Milz unspezifische Abwehrfunktionen, sie baut rote Blutkörperchen ab, kann aber auch Krankheitserreger und Toxine unschädlich machen. Außerdem sind die Bildung der Galle sowie der Abbau von Bilirubin wichtige Aufgaben der Leber.

Lebergewebe ist reich an Vitamin B12, Eisen, Kupfer, Mangan, Zink und Chrom.



In der Leber finden über 200 verschiedene Stoffwechselprozesse statt!

7.3 Die täglichen Gifte

Die täglichen Gifte⁵ sind in Luft, Boden und Wasser – damit in unserer Nahrungskette und gelangen so in unserem Körper. Das geschieht durch

- Feinstaub und Chemtrails (Kondensstreifen)
- Autoabgase wie Benzol, Schwefeldioxid, Kohlenmonoxid
- Kleidung und Schuhe
- Pflanzenschutzmittel wie Herbizide, Insektizide, Pestizide, Nitrate, Phosphate, Fungizide
- Lebensmittelzusatzstoffe
- Gifte in der Tierhaltung wie Antibiotika und andere Medikamente, Masthilfs- und Futtermittel
- Zusatzstoffe der Industrie wie Farbstoffe, Konservierungsstoffe
- Elektrosmog
- Zahnfüllungen wie Amalgam, Gold und Zahnimplantate (Titan)
- Medikamente
- Laserdrucker (Ozon)
- Alkohol
- Drogen
- Nikotin
- Impfungen (Nanobakterien, Quecksilber, Formaldehyd, Aluminium)
- Kosmetika wie Creme, Deo, Parfüm, Zahnpasta, Duschgel, Shampoo
- Tenside (Fettlöser in Spül- und Waschmitteln, Autoreiniger)
- Parabene (Konservierungsstoffe)
- Bisphenole - Weichmacher
- Faltenglättung wie Botox
- Wohngifte wie Formaldehyd, Lösungsmittel, Quecksilber (Energiesparlampen)
- Gifte im Spielzeug, z.B. Phthalate (Weichmacher)
- Kaffeepads (Aluminium)
- Natürliche Inhalationsallergene wie Pollen, Schimmelpilzsporen und Hausstaub
- Borrelien – Zecken

7.4 Abbau der Speicher – Aufbau der belastenden Deponien

„Eine Welt ohne Schadstoffe ist nicht denkbar. Wir kommen mit ihnen in Kontakt durch Luft, Wasser, Boden, Wohn- und Arbeitsplätze, Medikamente, Genussmittel und über die Ernährung. Werden es zu viele Schadstoffe, die sich in unseren Körper einnisten, verursachen sie körperlichen Stress und können zur Entstehung von Krankheiten beitragen.

Kommt bei einer hohen Schadstoffbelastung ein Mangel an Mikronährstoffen (Vitamine, Spurenelemente, Mineralstoffe) hinzu, verstärken sich diese beiden negativen Einflüsse auf den Körper gegenseitig, da bestimmte Mikronährstoffe zur Entgiftung absolut erforderlich sind. Liegen sie im Mangel vor, kann dieser lebensnotwendige, reinigende Prozess nicht mehr ausreichend stattfinden.

Dann können bestimmte Krankheiten entstehen oder sich weiter ausbreiten, wie z. B.

- häufige Atemwegs- oder Darminfektionen,
- Allergien,
- Darm-, Leber- und Nierenschäden,
- Atem-, Lungen- und Herz-Kreislauf-Krankheiten,
- Erschöpfungssyndrom (CFS/SEID),
- Multiple Chemikalienempfindlichkeit (MCS),
- Krebs
- sowie neurologische und psychische Störungen.“

7.5 Die Leber kann ihre Aufgaben nicht mehr ordentlich erfüllen

Aufgrund der Belastungen der heutigen Zeit werden gerade in der Leber vermehrt Funktionsmittel verbraucht. Diese Funktionsmittel werden, damit der Stoffwechsel der Leber ungestört weitergehen kann, schon frühzeitig aus anderen Zellen abgezogen.

⁵ Monika Held: Mineralstoffberaterin nach Dr. Schüßler und Ernährungsberaterin mit Praxis in Bad Aibling

Daher stehen viele Betriebsstörungen wie Schlafstörungen, Allergien, Unverträglichkeiten von Nahrungsmitteln, psychische Verstimmungen, Energiemangel, Potenzstörungen, Bindegewebsschwäche oder funktionelle Herzbeschwerden und auch Gewichtszunahme in Zusammenhang mit einer Schwäche der Leberfunktion.

- **Beispiele von Belastung:**

Einnahmen von: Hormonen, diverse Arzneimittel
Umweltbelastungen: Xenobiotika, Pestizide, Farbstoffe, Abgase
Freie Radikale
Ernährungsfehler
Alkoholabusus
Stress – ständige Müdigkeit

7.5.1 Rückstau verschlackter Flüssigkeit führt zu „Verwässerung“:

Die Leber ist sozusagen das Ausscheidungsorgan des Organismus, das sich mit allen Abfällen, Rückständen zu beschäftigen hat. Für den Umbau der belastenden Stoffe in ausscheidbare Substanzen steht der Leber das Funktionsmittel Nr. 10 Natrium sulfuricum zur Verfügung.

Geschwollene Beine, Hände:

Allerdings gibt es eine bestimmte Gruppe von Abfallstoffen, welche nicht ausgeschieden werden können, sondern in Lösung gehalten werden müssen. Vor allem bei einem großen Mangel an Nr. 10. **Diese mit Schadstoffen verknüpfte Flüssigkeit füllt mit der Zeit den Körper regelrecht an.**

Sie verwässert das Blut, durchdringt das Gewebe und verwässert es, was als Hydrämie beschrieben wird. Allmählich lagert der Organismus diese Flüssigkeiten in den Extremitäten ab. Die ersten Anzeichen dafür bestehen in matten, schweren Beinen. Die Füße, später auch die Beine, vor allem die Unterschenkel schwellen an. Die mit den Schadstoffen verbundene Flüssigkeit lagert sich auch in Fingern und Händen ab. Es ist dann schwer, die Ringe von den Fingern zu bekommen.

Geschwolle Augen, Druck im Ohr

Es kommt zur Ausbildung von geschwollenen Tränensäcken. In den Ohren spürt man einen Druck, es kommt im Aufzug zu Problemen mit dem Druckausgleich, oder in Seilbahnkabinen oder im Flugzeug.

Einnahme: 1. Stufe: Nr. 10+12

2. Stufe: Nr. 3+6+10+12

3. Stufe: Nr. 3+4+6+8+9+10+12

BaseCare – äußerlich, Leber Metabol Adler Ortho Aktiv 10

Empfehlenswert: Entschlackungskur mit Zell Basic + BaseCare + Leber Metabol
Adler Ortho Aktiv 10!

„Entwässerung“

Wird dem Organismus durch die Einnahme von Nr. 10 Natrium sulfuricum die Möglichkeit geboten, **die Schadstoffe, welche im Wasser gebunden sind, in ausscheidbare Substanzen umzubauen, kann die Flüssigkeit wieder frei gegeben werden.**

Sie steht dann entweder für andere Verwendungszwecke wieder zur Verfügung oder wird ausgeschieden. Je nach Fortschritt des Umbaus der Schadstoffe schreitet dann auch die gewünschte „Entwässerung“ voran.

Bei der Verwendung des Wortes „Entwässerung“ ist jedoch Vorsicht geboten. So gesehen ersetzt das Natrium sulfuricum die Entwässerungstabletten der Schulmedizin nicht. Nr. 10 hilft aber, sofern es sich um eine Anhäufung von Schadstoffflüssigkeit handelt, diese auszuschleiden.

7.5.2 Leberbelastung und Bindegewebe

Überlastungen von Leber und Galle führen über kurz oder lang auch zur Einschränkung der vielfältigen Aufgaben der ECM (Extrazelluläre Matrix), weil schwer ausscheidbare Substanzen wie Ammoniak, Bilirubin, Gallensäuren, Fette, Eiweiße, Glukose, Galaktose, aber auch Milchsäure und andere saure Metaboliten zunehmend in die ECM eingelagert werden und dort zu strukturellen Veränderungen führen. Darüber hinaus wird die ECM genauso durch nicht vollständig abbaubare vielfältige Xenobiotika des modernen Lebens belastet, was direkte Auswirkungen auf die Transportprozesse in der ECM hat.

Jahrelang übernimmt die extrazelluläre Matrix die beschriebenen Pufferprozesse, bis es schließlich zu einer wesentlichen Einschränkung der Aufgaben des Bindegewebes kommt und sich diverse chronische Erkrankungen einstellen.

Extrazelluläre Matrix und Ernährung im Hinblick auf das Entstehen von Dickleibigkeit.

Nach Hartmut Heine können die Bindegewebsfasern der ECM (PG/GAGs = Proteoglycane und Glucosaminoglycane sind Bindegewebsfasern der ECM) Grundnahrungsstoffe speichern, wenn diese im Übermaß die Kapazitäten der Leber und der Zellen überschreiten. Überschüssige Kalorien werden nicht nur in Fettzellen als Triglyceride, sondern auch in den PG/GAGs der ECM eingelagert - **Fettdickleibigkeit**.

So können Eiweiße zur vermehrten Kollagenbildung führen, dabei ist die gesamte Grundsubstanz zur Proteinspeicherung befähigt – **Eiweißdickleibigkeit**.

Kohlenhydrate im Übermaß zugeführt, werden eingelagert und führen in der ECM zu einer vermehrten Bildung von PG/GAGs.

Grundsätzlich kann eine Ernährung mit zu hohem Eiweiß- und Fettgehalt sowie einem hohen glykämischen Index das Bindegewebe schädigen und damit die Transport- und Regulationsprozesse stören – **gestörte Säure-Basenbalance-Kompaktierung**.

Dies stellt eine zusätzliche Überforderung des Bindegewebes dar, die zur erhöhten Ablagerung von Toxinen bei einer überforderten Leber dazukommt. Außerdem ist zu berücksichtigen, dass die heutige Ernährung oft freie Radikale liefert – **Schadstoffdickleibigkeit**.

7.6 Der „verstopfte“ Mensch - Bindegewebe

7.6.1 Das Grundgewebe

Im Grundgewebe (Pischinger Raum, kolloidales Bindegewebe, extra zelluläre Matrix) gibt es ein so genanntes Molekularsieb, das aus so genannten „Proteoglykanen“, d.h. Eiweiß-Zuckerstoffen besteht. Durch dieses Sieb müssen alle Stoffe von der Kapillare zur Zelle bzw. von der Zelle zur Kapillare hindurch. Da das Sieb sehr eng ist, ist es leicht möglich, dass Stoffe, die für den Organismus nicht zuträglich sind, dort zurückgehalten werden. Wie bei jedem Sieb kann natürlich auch das Molekularsieb aufgrund der zurückgehaltenen Stoffe verstopfen und damit immer weniger durchlässig werden. Das Molekularsieb ist also ein Gewebe, das entweder voll durchlässig (das entspricht der Vollgesundheit) oder das mehr oder minder stark verstopft sein kann (das entspricht einem mehr oder minder hohen Grad an Störung oder Krankheit).

Durch die heutige Lebensweise bedingt gibt es viele Stoffe, die von den Blutgefäßen herantransportiert werden, die aber anscheinend in dem Molekularsieb hängen bleiben. Dies sind hauptsächlich Salze, möglicherweise auch Giftstoffe, die nicht ausgeschieden werden können. Alle Stoffe, die in dem Molekularsieb hängen bleiben, führen natürlich zu einer Verstopfung dieses Siebes. Diesen Vorgang nennt man auch Verschlackung, sodass Prof. Heine den Satz prägte: „Das weiche Bindegewebe ist die Mülldeponie des Körpers“. Wie entstehen die oben genannten Salze? Bei der heutigen Ernährung essen wir häufig Nahrungsmittel mit zu hohem Anteil von Stoffen, die im Stoffwechsel zu Säuren abgebaut werden. Diese Säuren stammen hauptsächlich von Eiweißen, die wir in zu großen Mengen zu uns nehmen.

Wir alle kennen das Gefühl des Muskelkaters, wenn wir uns überanstrengt haben. Der Muskelkater beruht auf der Bildung von Milchsäure, einer organischen Säure, die relativ schnell vom Körper wiederabgebaut werden kann. Trotzdem verursacht die Milchsäure erhebliche Beschwerden und führt nicht nur zu Schmerzen, sondern auch zu einer wesentlichen Beeinträchtigung der Muskeltätigkeit. Die Milchsäure ist aber leicht abbaubar und verschwindet nach wenigen Tagen von allein, ohne irgendwelche Spuren zu hinterlassen.

Anders ist es mit den sog. starken Säuren, wie den Schwefel- und Phosphorsäuren (auch in Coca Cola enthalten). Diese Säuren sind nicht leicht abbaubar, sondern müssen entweder über die Haut, über die Nieren oder über die anderen Ausscheidungsorgane ausgeschieden werden. Dies gelingt oft nur zu einem gewissen Teil, so dass

der andere Teil der Säuren im Körper zurückbleibt und dort durch sog. Basen (Mineralstoffe) neutralisiert werden muss. Die neutralisierten Säuren sind Salze, die ausgeschieden oder, wenn das nicht ausreichend gelingt, irgendwo abgelagert werden müssen. Für die Ablagerung bietet sich das weiche Bindegewebe an, das sehr viel verkraften kann und aus dem Grunde als sog. Mülldeponie erhalten muss.

7.6.2 Eiweißspeicherkrankheiten

Nach dem von Prof. Lothar Wendt (1907-1989) erstmals 1949 veröffentlichten Konzept der "**Eiweißspeicherkrankheiten**" (Proteothesarismosen) wird bei überkalorischer Ernährung überschüssiges tierisches Eiweiß im Körper gespeichert. Dies führt nach Meinung des Frankfurter Internisten auf Dauer zu diversen Krankheiten wie Herzinfarkt, Atherosklerose, Schlaganfall, Bluthochdruck, Rheuma, Angina pectoris, Arthrose, Typ-2-Diabetes, Nierenentzündung und Autoimmunkrankheiten.

Eiweiß wird laut Wendt vor allem in der Basalmembran der feinen Blutgefäße (Kapillaren) und dem Bindegewebe (Grundsubstanz) gespeichert. Bei andauernder **Proteinübersorgung komme es infolge von Eiweißabscheidungen zur Verdickung der Basalmembran**.

Diese stellt als Bestandteil der Kapillarwand eine zentrale Schnittstelle zwischen Blutbahn und Geweberaum dar. Die Verdickung der zu etwa 90 Prozent aus Protein bestehenden Basalmembran **vermindert laut Wendt die Durchlässigkeit der Kapillarwand**.

Dies führe zu den oben genannten Erkrankungen, die er mit dem Sammelbegriff "Hypoporopathien" bezeichnet. Bei Diabetikern ist die Verdickung der Basalmembran eindeutig nachgewiesen, wobei die Ursache dafür noch unbekannt ist.

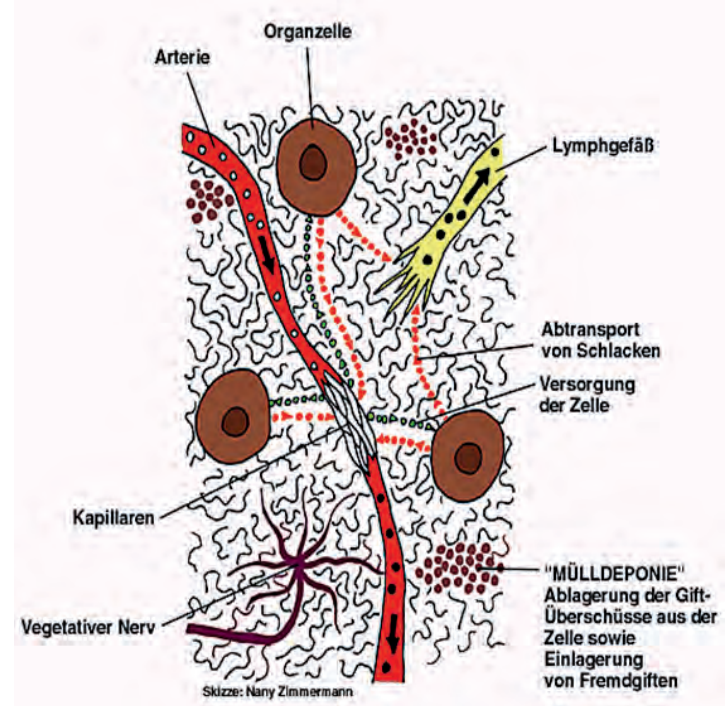
Der Hämatokritwert (das Volumen der Zellbestandteile im Blut) sei ein Indikator für das Vorliegen einer solchen krankhaften Proteinspeicherung. Einen Wert unter 40 Volumenprozent hält Wendt für unbedenklich. Die Schäden der Eiweißüberernährung können seiner Ansicht nach durch eine eiweißarme Diät, Fasten oder mithilfe von Aderlässen rückgängig gemacht werden.

Bindegewebsazidose

Wenn die Puffersysteme überlastet sind, verschiebt sich die Zusammensetzung des Bindegewebes im Laufe des Lebens hin zu einem höheren Kollagen-Aminosäureanteil, einem so genannten „Amyloid“ nach Prof. Wendt, der den Ausdruck der Eiweißspeicherkrankheit geprägt hat und dessen Arbeiten leider weit unterschätzt werden. Die Überladung des Bindegewebes mit Proteinstrukturen führt zu einer Eiweiß-Säureverschlackung und daher zu einer Einschränkung der Elastizität des Bindegewebes. Zusätzlich bindet das Bindegewebe Phenole, Indole, hochmolekulare Fuselalkohole, schwerlösliche Metallkomplexe, Antigen-Antikörper Komplexe und viele andere Stoffwechselsäuren. Die Übersäuerung des Bindegewebes ist letztlich nicht alleine durch ein gestörtes Säure/Basengleichgewicht erklärbar, sie ist multifaktoriell. Hauptverursacher ist die Zelle mit einer zu geringen Enzymaktivität.

Es gibt einige verifizierte Anzeichen für die so belastende Erscheinung der Bindegewebsazidose:

- Belegte Zunge,
- Neigung zu Pilz, Fußpilz,
- Parodontose,
- Kurzatmigkeit,
- Rheuma, Gicht
- Gelenkschmerzen,
- Krampfneigung,
- unregelmäßiger Stuhlgang
- kompaktierte Falten.



7.7 Verschiedene Arten von Dickleibigkeit

7.7.1 Eiweißdickleibigkeit

Prof. Lothar Wendt beschreibt die Einlagerung von Eiweiß ins Bindegewebe aufgrund eines zu hohen Eiweißkonsums z.B. über eiweißreiche Ernährung oder Eiweißshakes. In Folge kommt es zu Gewichtszunahme, verbunden mit einer Verfestigung des Bindegewebes sowie einer gestörten Säure-Basen-Balance.

Zu hoher Eiweißkonsum führt zu vermehrter Ammoniakbildung, was besonders Nr. 17 Manganum sulfuricum verbraucht. Mangan ist wichtiger Bestandteil des Kohlenhydratstoffwechsels, des Bindegewebes, der Knorpel und des Gehirns.

Zuständige Betriebsstoffe: Nr. 2 Calcium phosphoricum, Nr. 4 Kalium chloratum, Nr. 9 Natrium phosphoricum, Nr. 12 Calcium sulfuricum, Nr. 17 Manganum sulfuricum

7.7.2 Fettdickleibigkeit - Lipome

Aufgrund zu hohen Fettkonsums, Bewegungsmangels, zu hoher Kohlenhydratzufuhr wird Fettgewebe aufgebaut. Ebenso kommt es bei Zufuhr von Pestiziden über Obst und Gemüse in den Lebensmitteln zum Aufbau von Fettgewebe und eine dadurch bedingte Gewichtszunahme. Fettdickleibigkeit ist oft verbunden mit einem gestörten Säure-Basen-Haushalt und damit zu allerlei säurebedingten Folgeerkrankungen, wie Akne, Cellulite, Sodbrennen, Rheuma.

Zuständige Betriebsstoffe: Nr. 9 Natrium phosphoricum, Nr. 27 Kalium bichromicum, Nr. 28 Natrium vanadinicum

Paradox: Menschen mit Fettstoffwechselstörungen neigen in der Jugend zu Akne, später zu fettarmer Haut.

7.7.3 Schadstoffdickleibigkeit

Abgase, Farb-Konservierungs-Schönungsmittel, Weichmacher, aber auch Verbrennungsstoffe (Kaffee, Zigaretten, Geräuchertes) führen auf Dauer zu Übergewicht. Dazu zählen auch belastende Stoffe aus Industrie und Umwelt, die bereits erwähnten Xenobiotika, Schwermetalle, Arzneimittel wie Cortison, Hormone, Antidepressiva u.v.m.

Sie werden an „Schadstoffflüssigkeit“ geknüpft, um den Stoffwechsel möglichst nicht zu belasten und ebenso zu Anlagerung bzw. Einlagerung der Stoffe in aufzubauendes Gewebe.

7.7.4 Metabolisches Syndrom

Das deutlichste Zeichen ist das Übergewicht – die Dickleibigkeit.

Übergewicht, Bluthochdruck, Fettstoffwechselstörungen und ein **erhöhter Blutzuckerspiegel** sind die Hauptrisikofaktoren für Herz-Kreislauf-Erkrankungen und werden als metabolisches Syndrom und umgangssprachlich "tödliches Quartett" bezeichnet.

Das metabolische Syndrom ist kein Krankheitsbild, sondern vielmehr die zusammenfassende Bezeichnung für die wichtigsten Risikofaktoren, die zu Herz-Kreislauf-Erkrankungen führen. Im Englischen wird das metabolische Syndrom als „deadly quartet“ bezeichnet. Damit gemeint ist das mitunter tödliche Zusammenspiel von

- Übergewicht (Adipositas?)
- Fettstoffwechselstörungen mit erhöhten Triglyceriden und erniedrigtem HDL-Cholesterinwert (umgangssprachlich gutes Cholesterin)
- Bluthochdruck (arterielle Hypertonie) und
- krankhaft erhöhter Blutzuckerspiegel (Hyperglykämie –Diabetes)

7.7.5 Gewichtszunahme im Wechsel und Menopause

Durch die veränderte hormonelle Situation können die allmonatlichen Reinigungs- und Entlastungsprozesse nicht mehr stattfinden, was zu einer vermehrten Beanspruchung der Leber führt. Die berühmten „Schwimmreifen“ lagern sich an.

Deshalb ist gerade in dieser Zeit die Entlastung und Stärkung der Leber eine entscheidende Maßnahme zur Krankheitsprophylaxe für die Frau.

 **Qualitätsprodukt**
 **aus Österreich**



Schüßler Salze IMMUN KUR

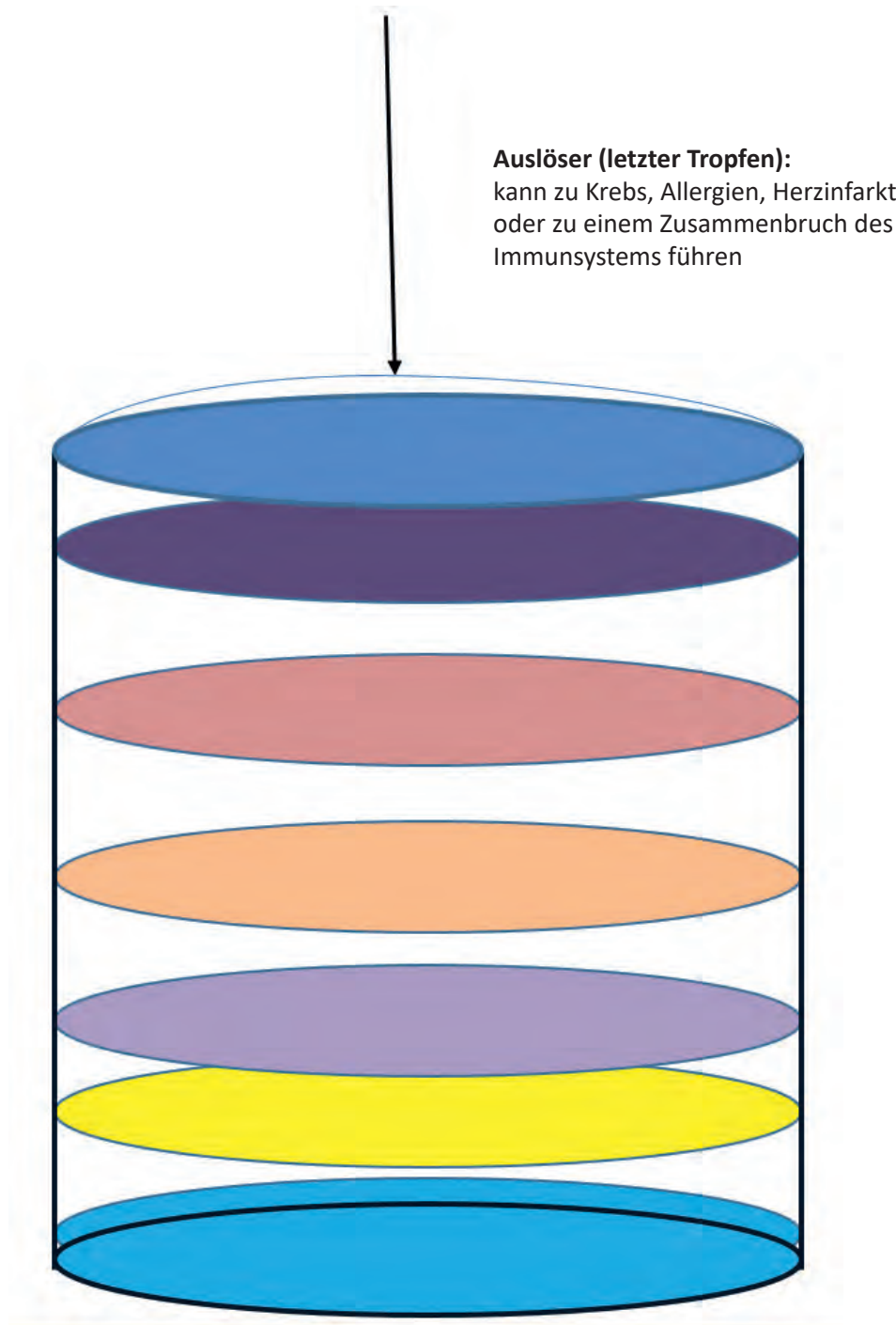
Gut gewappnet durchs Jahr



www.adler-pharma.de

8 Entlastung des Körpers

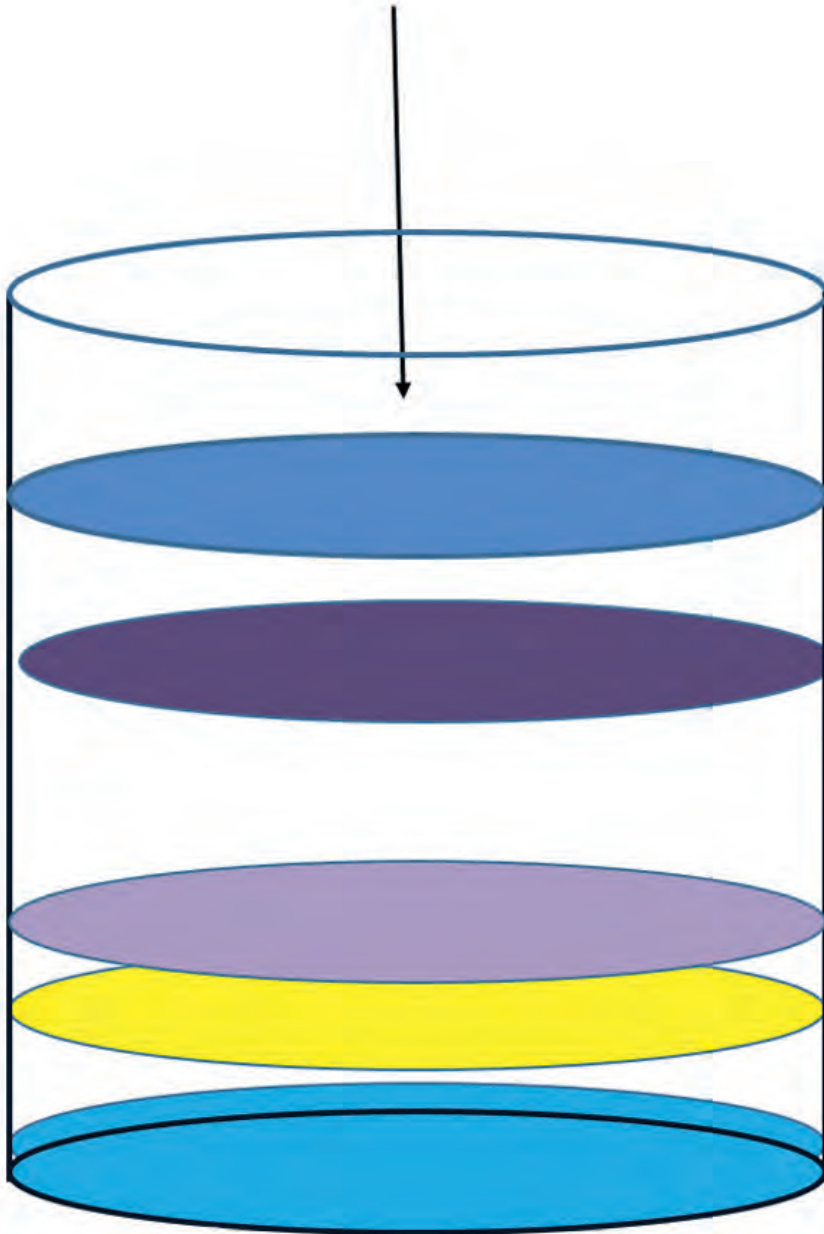
Zylindermodell nach Noack



Höhe des Zylinders: Maß für die insgesamte Kompensationsfähigkeit des Organismus
Aus verschiedenen Bereichen, nicht ausgeheilte Belastungen, lagern sich ab: Krankheiten, Impfungen, Verletzungen, Medikamente, Nährstoff-Schlacken, Umweltbelastungen, Psyche

Wichtig: „Häufig wird der Auslöser für die Hauptursache der Erkrankung gehalten und auf Grundlage dieser falschen Einschätzung eine entsprechend falsche Therapie gewählt. Das Heilungspotential auf Basis des Glasinhaltes jedoch wird nicht genutzt, obwohl es zielführender, erfolgreicher und vor allem dauerhafter wäre.“ (Norbert Fuchs: Mit Nährstoffen heilen, Köln: Ralf Reglin Verlag, 2001)

8.1 Kurzer Spannungsbogen

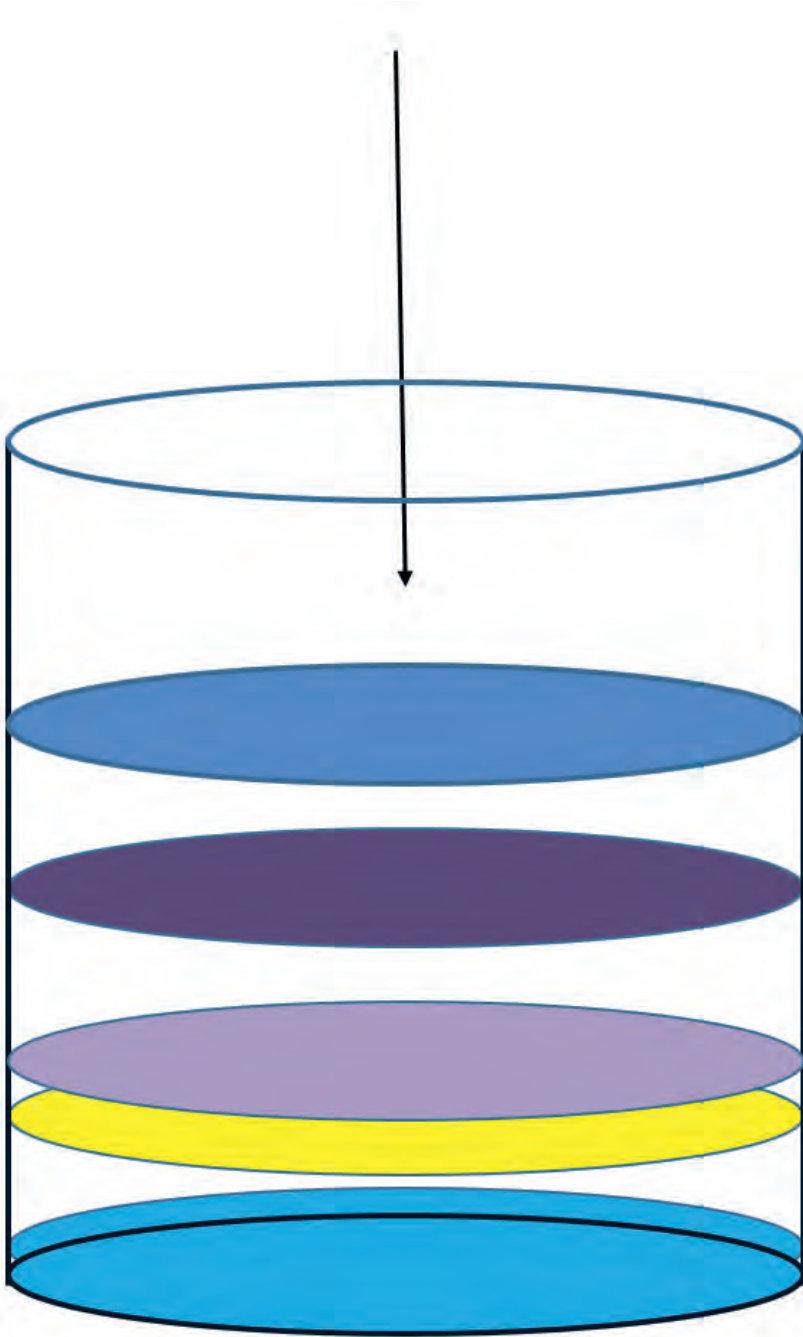


Höhe des Zylinders: Maß für die insgesamte Kompensationsfähigkeit des Organismus

- Basische energiereiche Ernährung,
- möglichst aufgefüllte Speicher der Betriebsstoffe, mindestens 70%: grobe Mängel müssen aufgefüllt werden
- Vermeidung von Einlagerung in die Deponien: BaseCare Bäder, Entschlackungskur
- Reduzierung der freien Radikale: Neben der biochemischen Antioxidantienmischung auch noch Antioxidantien aus dem Nährstoffbereich

Eine kurzfristige Belastung bis zur Erschöpfung der Kompensationsleistung ist möglich - Wochen.

8.2 Mittelfristiger Spannungsbogen

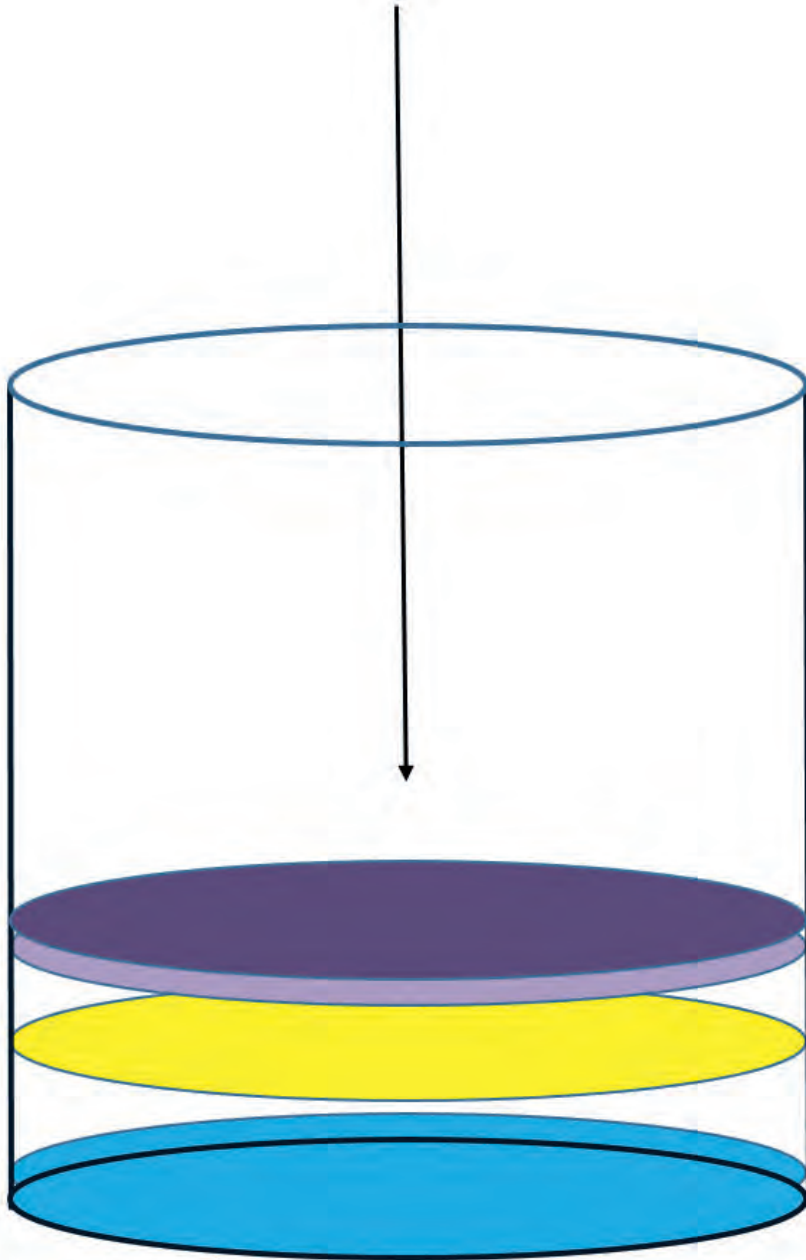


Höhe des Zylinders: Maß für die insgesamt Kompensationsfähigkeit des Organismus

- Basische energiereiche Ernährung,
- möglichst aufgefüllte Speicher der Betriebsstoffe, mindestens 80%: grobe bis mittlere Mängel müssen aufgefüllt werden,
- Vermeidung von Einlagerung in die Deponien: BaseCare Bäder, Entschlackungskur
- Reduzierung der freien Radikale: Neben der biochemischen Antioxidantienmischung auch noch Antioxidantien aus dem Nährstoffbereich

Eine mittelfristige Belastung bis zur Erschöpfung der Kompensationsleistung ist möglich - Monate.

8.3 Langfristiger Spannungsbogen



Höhe des Zylinders: Maß für die insgesamt Kompensationsfähigkeit des Organismus

- Basische energiereiche Ernährung, konsequent,
- möglichst aufgefüllte Speicher der Betriebsstoffe, möglichst 90% und darüber: alle Mängel müssen aufgefüllt werden und eine nachhaltige Versorgung mit Betriebsstoffen gesichert sein – Vorsorge. Die Situation hängt auch mit dem Alter zusammen, das heißt die Möglichkeit der Versorgung hängt immer mit dem Alter zusammen.
- Vermeidung von Einlagerung in die Deponien: BaseCare Bäder, Entschlackungskur, regelmäßige Entschlackungskuren, Intervallfasten wegen Autophagie!
- Reduzierung der freien Radikale: Neben der biochemischen Antioxidantienmischung auch noch Antioxidantien aus dem Nährstoffbereich, besondere Beachtung von Schweregefühlen nach Sport und entsprechende Berücksichtigung bei den Interventionen.

Eine langfristige über Jahre dauernde intensive Belastung bis zur Erschöpfung der Kompensationsleistung ist möglich. Nachhaltiger „biographischer“ Spannungsbogen über das ganze Leben betrachtet, mit Berücksichtigung der spezifischen altersbedingten Gegebenheiten.

8.3.1 Entlastung der Leber

Von großer Bedeutung bei allen schweren und chronischen Belastungen des Menschen: Neurodermitis, Schuppenflechte, Asthma, Heuschnupfen, Allergien, Gicht, Rheuma, bestimmte Formen von Demenz

- Reduzierung von Eiweiß
- Alkoholabstinenz
- kein Kaffeekonsum
- Geräuchertes meiden
- Gegrilltes meiden
- Frittiertes meiden - keine minderwertigen Fette
- Saure Ernährung möglichst meiden (die Leber leistet den Hauptteil am Säureabbau im Körper) und auf basische Ernährung achten
- hochwertige Fette verwenden: Kaltgepresste, wertvolle pflanzliche Öle für Salate verwenden

Wertvolle Salatölmischung: Für die physiologische, prophylaktische, tägliche Zufuhr an essentiellen Fettsäuren eignet sich eine sehr empfehlenswerte Salatölmischung aus Olivenöl, Distelöl und Sojaöl, im Verhältnis 1 Teil Olivenöl, 3 Teile Distelöl und 1 Teil Sojaöl.

8.3.2 Leberwickel

Vor allem am Abend anwenden, um zur Ruhe zu kommen. Die für die Leber wichtigen Schüssler Salze auflösen, ein kleines Tuch tränken, auflegen, Wärmeflasche darüber, dann ein warmes Handtuch darüberlegen, bis die Wärmeflasche abgekühlt ist.

Tipp von Susanne Flintsch www.nana.at: *"Die Leber, als größte Drüse im Körper befindet sich auf der rechten Oberbauchseite und kann uns eigentlich nicht wehtun. Der Schrei der Leber ist die starke Müdigkeit (vor allem nach dem Mittagessen), da sie unser Energiespeicher ist. Das andere Signal von ihr ist das Jucken, beziehungsweise Symptome, die sich am Auge zeigen. Der klassische Leberwickel entlastet die Lebertätigkeit, die ja wie eine Chemiefabrik in unserem Körper funktionieren muss. Schwerstarbeit! Man nehme ein feucht-warmes Gästehandtuch und gibt es auf den Leberbereich. Darüber kommt dann eine Wärmeflasche, ein Kirschkerneissen oder ein Wärmeträger - alles noch umbunden mit einem großen Handtuch oder einer Decke. Mit all dem bleibt Frau dann mindestens 20-30 Minuten auf dem Sofa oder im Bett und ruht! Die beste Uhrzeit für den Wickel ist zwischen 13 und 15 Uhr – wer Zeit hat, sich im Büro auf den Boden zu legen. Wenn da keine Zeit ist, dann eben am Abend. Die Leber wird durch den Wickel besser durchblutet und damit kann sie viel besser entgiften. Und wer es noch besonders machen will, trinkt das Handtuch in einen Schafgarbentee!"* „Wenn man beim Leberwickel nicht mehr einschläft, hat sich die Leber erholt!“ Susanne Flintsch

Schüssler Salze für Leberwickel: Nr. 3 Ferrum phosphoricum, Nr. 6 Kalium sulfuricum, Nr. 9 Natrium phosphoricum, Nr. 10 Natrium sulfuricum, Nr. 17 Manganum sulfuricum, Nr. 18 Calcium sulfuratum (+Nr. 26 Selenium, Nr. 28 Natrium vanadinicum, Nr. 33 Molybdenum sulfuratum)



Der Leberwickel kann auch mit der Evocell Körpercreme durchgeführt werden. Dabei wird die Creme so oft unmittelbar hintereinander aufgetragen, bis das Gewebe mit den Mineralstoffen gesättigt ist. Das zeigt sich dadurch, dass die Creme nicht mehr aufgenommen wird.

8.4 Vergebliche Versuche abzunehmen - Jo-Jo Effekt

Beim Abnehmen wird oft beobachtet, dass die ersten paar Kilos relativ leicht weggehen, sich aber dann eine Blockade zeigt: das Gewicht steht UND manchmal wird man sogar auf einmal krank, grippig, bekommt schmerzende Glieder, Sodbrennen oder Kopfschmerzen.

Sind im Fettgewebe Pestizide und Schwermetalle eingelagert oder ist das Bindegewebe zusätzlich mit zu viel Eiweiß, Zucker, Schwermetallen, Säuren oder Xenobiotika belastet, dann führt ein Abbau von Gewebe dazu, dass alle diese belastenden Stoffe aus den Deponien in den Stoffwechsel gelangen und erhebliche (gesundheitliche) Belastungen verursachen.

Manchmal legt man auf einmal unerklärlich wieder Gewicht zu, fühlt sich aufgebläht und aufgeschwollen. Alle diese Erscheinungen zeigen auf, dass jetzt Schadstoffe den Stoffwechsel belasten, mit denen der Körper momentan nicht fertig wird, er reagiert!

Da diese Einlagerungen sich meist über Jahrzehnte angesammelt haben, sind sie nur schwer auszuscheiden.

Manchmal gibt es direkt eine **Reaktionsblockade** bis Ausscheidungsvorgänge beginnen.

Beim Abbau von Gewebe steigt die Konzentration der Schad-

stoffe im Stoffwechsel. Das ist nur bis zu einer bestimmten Grenze möglich! Dann geht nichts mehr! Auch wenn fast nichts mehr gegessen wird, der Organismus ist nicht mehr bereit, Substanz abzubauen, da dies die Konzentration der Schadstoffe weiter steigern würde.

Langsam macht sich Resignation breit und es wird wieder gegessen, am Anfang wenig, dann aber mit regelrechter Gier, damit die nicht ausgeschiedenen Schadstoffe wieder in Gewebe eingelagert werden können. Die Folge ist wieder Gewichtszunahme, der berüchtigte Jo-Jo-Effekt tritt ein.

9 Entschlackungspaket

9.1 Hepaxen

HEPA ist ein Hinweis auf die Leber. Die enthaltenen Betriebsstoffe unterstützen die Ausscheidungsfunktion der Leber:

Mineralstoff	Hintergrundinformationen
Nr. 6 Kalium sulfuricum	Nr. 6 fördert die Ausscheidung von belastenden Stoffen aus den Zellen.
Nr. 10 Natrium sulfuricum	Nr. 10 unterstützt die Entgiftung bzw. Metabolisierung in der Leber und Ausscheidung von Schadstoffen über den Dickdarm.
Nr. 18 Calcium sulfuratum	Nr. 18 bremst Oxidationsprozesse im Körper und ist zum größten Teil in der Leber gespeichert. Damit wird die Leber als größtes antioxidativ wirksames Organ wesentlich unterstützt. Nr. 18 fördert wahrscheinlich eine Disulfidbrückenbindung und dadurch Abbauprozesse in der Leber.

XEN ist ein Hinweis auf den Begriff der Xenobiotika, belastende chemische Fremdstoffe, die vom Organismus nur sehr schwer abgebaut werden können. Xenobiotika werden über die Leber abgebaut und ausscheidungsfähig gemacht:

Mineralstoff	Hintergrundinformationen
Nr. 15 Kalium iodatum	Nr. 15 Kalium iodatum fördert den Grundumsatz und kurbelt den Stoffwechsel an.
Nr. 18 Calcium sulfuratum	Nr. 18 bindet Amalgam und bringt schwer ausscheidbare Substanzen aller Art zum Abbau in der Leber.
Nr. 19 Cuprum arsenicosum	Unterstützt die Schwermetall- sowie die Amalgamausleitung. Als Arsenverbindung stabilisiert diese Nummer den Immunstoffwechsel und verlangsamt oxidative Prozesse.
Nr. 21 Zincum chloratum	Unterstützt die Schwermetall- und Amalgamausleitung, ebenso den Immunhaushalt und wirkt antioxidativ.

Zusätzlich Mineralstoffe:

Mineralstoff	Hintergrundinformationen
Nr. 4 Kalium chloratum	Drüsenbetriebsstoff, unterstützt die Stoffwechselaktivität der Zelle
Nr. 5 Kalium phosphoricum	Energiespender
Nr. 9 Natrium phosphoricum	reguliert den Säure-Basen-Haushalt

9.1.1 Hepaxen zur Ausleitung schwer ausscheidbarer Stoffe:

Bei einem durch eine geopathologische Störzone belasteten Schlafplatz, sind sowohl Ausscheidung als auch Regeneration erheblich vermindert. Es kommt zum Schadstoffstau und chronischer Übersäuerung. Wird der Schlafplatz gewechselt, sind in der ersten Zeit unangenehme Beschwerden möglich, da die Ausscheidung in Gang kommt.

9.1.2 Hepaxen als erster Schritt zum Abnehmen

Gesundes Abnehmen gelingt dann, wenn angelagertes Gewebe mit den eingelagerten Schadstoffen und Säureresten abgebaut werden kann, ohne dass dies zu Stoffwechselbelastungen führt.

Hat man beim Abnehmen solche leidvolle Erfahrungen bereits hinter sich und kämpft mit dem „Jo-Jo-Effekt“, dann ist es empfehlenswert, **zuerst den Abbau und die Ausleitung schwer abbaubarer Stoffe mit Hepaxen**

einzuleiten und eine eventuelle Reaktionsblockade zu überwinden!

Erst nach der Einnahme von einer oder zwei Dose Hepaxen sollte mit Zell Basic fortgesetzt werden!

ACHTUNG:

Bei Menschen mit großem Übergewicht ist bei Beginn einer Einnahme von Zell Basic mit Reaktionen zu rechnen. Um diese Reaktionen zumindest zum Teil abzufangen, kann die Einnahme zuerst mit einer Dose Hepaxen begonnen und dann mit der Einnahme von Zell Basic fortgesetzt werden.

9.1.3 Dosierung

Früh und abends je einen gestrichenen Kaffeelöffel des Pulvers im Mund zergehen lassen bis eine Dose aufgebraucht ist. Bei schweren Belastungen eine zweite Dose einnehmen.

Arzneiform: Mischung von homöopathischen Triturationen

Inhalt: 90g Pulvermischung

9.2 Zell Basic, damit Abnehmen gelingt - Entlastung des Körpers

9.2.1 Enthaltene, bewährte Mineralstoffkombinationen

- Powermischung: Nr. 3+4+5+8
- Säureschiene: Nr. 9+11+16+23
- Schadstoffschiene: Nr. 6+10+12+26
- Schwermetallausscheidung: Nr. 8+19+21+26
- Antioxidantienmischung: Nr. 3+6+10+19+21+26

Zell Basic ist eine komplexe Mischung aus Schüßler Salzen in Pulverform zum Entschlacken und Abnehmen. Die Mineralstoffmischung bringt die Leber in Schwung, fördert den Schadstoff- und Säureabtransport aus dem Bindegewebe und enthält eine Reihe von antioxidativ wirkenden Mineralstoffverbindungen. Alle diese Vorgänge bewirken im Organismus einen Reinigungsprozess, wodurch sich das Gewicht reduzieren kann.

Voraussetzung ist natürlich, dass während einer solchen Kur keine weiteren Schadstoffe zugeführt werden – deshalb ist es wichtig, in dieser Zeit womöglich nicht zu rauchen, den Kaffee zu meiden und keinen Alkohol zu trinken.

Für dauerhaftes Abnehmen ist es notwendig, seinen Lebensstil zu ändern!

9.2.2 Zell Basic Sticks

Zell Basic gibt es in praktischen Sticks verpackt. Daraus entstehen viele Vorteile für die Anwenderin oder Anwender.

- Praktische Einnahme, weil die Menge vorportioniert ist.
- Die Anzahl Sticks, die pro Tag benötigt werden, kann man ganz leicht in die Arbeit oder auf Reisen mitnehmen.
- Hygienisch verpackt – man reißt die einzelnen Sticks auf und gibt das Pulver direkt in den Mund und lässt es zergehen, oder man löst das Pulver in einem vorbereiteten Glas auf.
- Umweltfreundliche Papierverpackung.

Zell Basic ist eine komplexe Pulver Mischung aus Schüßler Salzen, in praktischen Sticks abgefüllt, zum Entschlacken und Entsäuern im Rahmen einer Detox Kur. Eine Detox Kur ist nicht nur für das gesunde Abnehmen von Bedeutung, sondern auch für eine grundsätzliche Entlastung des Organismus.



Das Bindegewebe wird von sauren Stoffwechselschlacken befreit und der gesunde Säure-Basenhaushalt auf diese Weise unterstützt. Durch den Abbau von Säuren und Schadstoffen aus dem Bindegewebe wird ein gesunder Abnehmprozess in Gang gesetzt, der das Wohlfühlgewicht auf längere Zeit stabilisiert.

9.2.3 Dosierung und Einnahme von Zell Basic Sticks

- **Einen Stick aufreißen und den Pulverinhalt im Mund zergehen lassen:** Zu Beginn der Einnahme 3-mal 1 Stick über den Tag verteilt einnehmen. Dabei das Pulver im Mund zergehen lassen, damit die Schüßler Salze über die Mundschleimhaut aufgenommen werden können.
- Man kann die Schüßler Salze in eine kleine Schale geben und in kleinen Portionen im Mund zergehen lassen.
- Die tägliche Einnahmemenge binnen 10 oder mehr Tagen auf 3-mal täglich 3 Sticks steigern, je nach Reaktion auf Zell Basic.
- **Besonders praktisch:** das Pulver von 1 Stick in 250 ml Wasser auflösen und schlückchenweise einnehmen. Jeder Schluck sollte so lange wie möglich im Mund behalten werden, um die Mineralstoffe über die Mundschleimhaut aufzunehmen. Dieser Vorgang wird dreimal am Tag durchgeführt.
- Die tägliche Einnahmemenge binnen 10 oder mehr Tagen auf bis zu 3-mal täglich 3 Sticks pro 250 ml Wasser steigern, je nach Reaktion auf Zell Basic.

9.2.4 Dauer der Anwendung

In der Regel ist eine Einnahmedauer von 8 Wochen als Kur, ein bis zweimal jährlich, empfohlen. Empfohlen wird die Einnahme über 8 Wochen als Kur, ein bis zweimal jährlich. Bei Bedarf kann Zell Basic auch über einen längeren Zeitraum eingenommen werden oder im Anlassfall je nach Notwendigkeit.

9.2.5 Eine Kombination von 14 Schüßler Salzen, damit das Abnehmen gelingt

Auch wenn man nicht die Absicht hat abzunehmen, ist es eine hervorragende Kombination von Schüßler Salzen zum Entgiften, Entschlacken und Entsäuern.

Die Zellen als Deponien für Schadstoffe werden behutsam gereinigt, diese Schadstoffe über die Leber ausscheidungsfähig gemacht und über den Dickdarm ausgeschieden. Die bei diesem Vorgang frei werdende Flüssigkeit wird über die ableitenden Harnwege abgeleitet. Die Mineralstoffmischung fördert die Durchlässigkeit des Bindegewebes, wodurch die Transportqualität wieder verbessert wird, eingelagerte Eiweißstrukturen sowie Cellulite können besser abgebaut werden.

9.2.6 Begleitende Empfehlungen

Parallel zur Einnahme des Zell Basic ist das Baden mit dem **basischen Bad BaseCare** sehr empfehlenswert. Es regt einerseits die Schadstoff abbauenden Vorgänge, aber auch die Entsäuerung über die Haut an und unterstützt damit die von dieser komplexen Mineralstoffmischung angekurbelten Stoffwechselvorgänge wesentlich. Dadurch wird auch Heißhungerattacken vorgebeugt.

Während einer Kur mit Zell Basic sollte unbedingt auf ausreichendes Trinken geachtet werden. Der **Stoffwechseltee** Adler Pharma, dünn angesetzt, unterstützt und fördert ebenfalls die von Niere und Leber durchgeführten Ausscheidungsprozesse.

9.2.7 Die Mineralstoffe des Pulvers

Im folgenden Text wird auf die einzelnen Mineralstoffe nach dem Erfahrungswissen der Biochemie nach Dr. Schüßler und vor allem im Hinblick auf ihre Bedeutung für den Abbau des Gewichtes und der Ausscheidung von Säure und Schadstoffen eingegangen.

Nr. 3 Ferrum phosphoricum ist der Mineralstoff, der für den erhöhten Anspruch an die Transportqualität des Blutes zuständig ist, es wird zur Bindung der frei gewordenen Freien Radikale eingesetzt und sorgt für eine ausreichende Sauerstoffversorgung der Zellen. Dieses Salz steigert die Abwehrkräfte und baut ein starkes Immunfeld auf.

Nr. 4 Kalium chloratum ist ein bedeutender Betriebsstoff für die Drüsen im Verdauungsbereich, also im Magen, Darm, der Leber und der Bauchspeicheldrüse. Genauso sind auch die Lymphknoten durch den notwendigen Abtransport von Säure gefordert. Die Beanspruchung dieses Mineralstoffes speziell im Verdauungsbereich zeigt sich nach der Antlitzanalyse der Biochemie nach Dr. Schüßler als weißer Zungenbelag.

Kalium chloratum bindet auch chemische Verbindungen, die den Stoffwechsel belasten. Dies ist vor allem im Hinblick auf die beim Abnehmen aus den abgebauten Geweben frei werden- den Belastungsstoffen wichtig.

Nach der Biochemie nach Dr. Schüßler unterstützt die Einnahme der Nr. 4 Kalium chloratum den Organismus, Eiweiß zu verarbeiten. Nr. 4 ist der Hauptbetriebsstoff des Bindegewebsaufbaues und damit für die Regeneration von Bindegewebe unerlässlich.

Nr. 5 Kalium phosphoricum als Bestandteil des Zell Basic stärkt den Körper, stellt Energie zur Verfügung, damit besonders belastende Stoffe gebunden und unschädlich gemacht werden und so die Ausscheidungsarbeiten erfolgen können.

Wenn gleichzeitig gefastet wird, kann aus der Erfahrung mit den Schüßler Salzen beobachtet werden, dass mit der Einnahme von Nr. 5 Kalium phosphoricum in Kombination mit Nr. 3 Ferrum phosphoricum eine gestärkte Vitalität und Widerstandskraft aufgebaut wird.

Nr. 6 Kalium sulfuricum hilft alte Belastungen, Schadstoffe und Krankheitsreste aus den Zellen sanft und schonend herauszuführen.

Solche Belastungen entstehen im Verlauf von gesundheitlichen Problemen, auch durch die Umweltbelastung mit den vielen chemischen Zusatzstoffen in Lebensmitteln und in Artikeln des täglichen Bedarfs. Wenn der Organismus diese Stoffe nicht ausscheiden kann, werden sie Schicht für Schicht in den Zellen abgelagert, das ist die Beobachtung vieler Therapeuten aus verschiedenen Richtungen von Naturheilverfahren.

Nach dem Erfahrungsschatz der Biochemie nach Dr. Schüßler kann Nr. 6 Kalium sulfuricum solche eingelagerten Schichten aus den Zellen holen und die Körperzellen entlasten. Eine Kombination mit Nr. 10 ist unbedingt zu berücksichtigen und ist im Zell Basic gewichtet berücksichtigt.

Nr. 6 Kalium sulfuricum ist der Hauptbetriebsstoff für die Bauchspeicheldrüse. Die Bauchspeicheldrüse kann mit Hilfe von Nr. 6 Kalium sulfuricum optimal verdauen, wodurch es zu einer guten Verwertung der Nahrung kommt. Dies ist für das angestrebte Abnehmen von besonderer Bedeutung.

Nr. 8 Natrium chloratum ist der Betriebsstoff für den Wasser- und Wärmehaushalt, zur Regeneration aller Gewebe, die nicht durchblutet werden, sowie zum Aufbau der Schleimhäute. Nr. 8 ist der Betriebsstoff der Niere. Eine gestärkte Niere kann die Ausscheidung aller harnpflichtigen Stoffe besser leisten.

Die bei jeder Körperreinigung erfolgende Regeneration der Gewebe wird mit den beiden Mineralstoffen Nr. 8 Natrium chloratum und Nr. 5 Kalium phosphoricum unterstützt.

Nach Ansicht der Biochemie nach Dr. Schüßler sind die Chlorid-Ionen des Schüßler Salzes Nr. 8 Natrium chloratum besonders bindungsfreudig, was für eine Entschlackung sehr wichtig ist. Belastende Stoffe, auch Umweltgifte, wie Pflanzenschutzmittel, oder Insektengifte werden mit Hilfe von Nr. 8 gebunden und ausscheidungsfähig gemacht. Auch bei Amalgambelastung kommt dieser Mineralstoff zum Einsatz.

Nr. 9 Natrium phosphoricum ist der Betriebsstoff für die Säure-Basen-Balance, den Kohlenhydrat- und Fettstoffwechsel.

Ist die Säure-Basen-Balance gestört, wird Säure, die nicht ausgeschieden werden kann, im Bindegewebe eingelagert. Es erfolgt außerdem ein Fettaufbau, weil Natrium phosphoricum Nr. 9 zur Regulierung der Säure bereits verbraucht wurde und für den Fettstoffhaushalt nicht mehr zur Verfügung steht. Natrium phosphoricum ist der Mineralstoff, der den Organismus in die Lage versetzt, insgesamt alle anfallenden Säuren zu regulieren, auszuscheiden oder abzubauen.

Auch der Kohlenhydratstoffwechsel, der für die Energieversorgung der Zelle von allergrößter Bedeutung ist, wird aus dem Blickwinkel der Biochemie nach Dr. Schüßler mit Hilfe des Natrium phosphoricum gesteuert. Daraus wird auch verständlich, dass ein starker Zuckerkonsum ebenso wie ein intensiver Kohlenhydrat Genuss in Form von Mehlspeisen – gemeint sind „weißer“ Industriezucker und „weißes“ Mehl – einen großen Mangel an Natrium phosphoricum zur Folge haben. Wenn durch die einseitige Belastung der Vorrat an diesem Mineralstoff immer mehr abnimmt, nimmt im Gegenzug die Säurebelastung im Körper immer mehr zu, es entsteht ein Mattigkeitsgefühl.

- ! HINWEIS: Wird weniger gegessen oder gar gefastet, dann entsteht oft Heißhunger. Wenn das eintritt, ist es besonders hilfreich und empfehlenswert, täglich ein BaseCare Bad zu machen.
- Das Trinken des Stoffwechseltees Adler Pharma ist zusätzlich besonders wertvoll, weil die Ausscheidungsvorgänge über Niere und Leber gefördert werden.



Das Besondere an Natrium phosphoricum besteht darin, dass es im Körper die Säure nicht **reduziert**, sondern den Organismus in die Lage versetzt, den Säure-Basen-Haushalt zu **regulieren**.

Nr. 10 Natrium sulfuricum ist der wichtigste Mineralstoff für die Ausscheidung der Schadstoffe. Der Betriebsstoff für die Leber ist die Nr. 10. Das Auftreten, beziehungsweise die Ausbreitung des Herpes-Virus hat einerseits einen innigen Zusammenhang mit heftigen Gefühlen wie Zorn und Hass und ist andererseits eng mit dem Leberstoffwechsel verbunden.

Bestimmte Schadstoffe werden im Körper an Flüssigkeit gebunden, weil die Leber bei einem Mangel an Nr. 10 diese nicht zu ausscheidbaren Verbindungen verstoffwechseln kann. Die mit Flüssigkeit verknüpften Schadstoffe füllen mit der Zeit den gesamten Körper auf. Diese Flüssigkeit verwässert das Blut und durchdringt das Gewebe. Dann lagert der Organismus die Flüssigkeit in den Extremitäten ab. Die ersten Anzeichen dafür sind schwere Beine. Die mit den Schadstoffen verbundene Flüssigkeit lagert sich auch in Fingern und Händen ab. Dann ist es schwer, die Ringe von den Fingern zu bekommen oder in gewisse Schuhe zu schlüpfen, die sonst gut passen.

Dem Organismus wird durch Natrium sulfuricum jenes Funktionsmittel zugeführt, welches die Leber dabei unterstützt, an Flüssigkeit gebundene Schadstoffe in ausscheidbare Substanzen umzubauen. Die metabolisierten Schadstoffe werden über den Dickdarm, die frei werdende Flüssigkeit über die Niere ausgeschieden.

- ! HINWEIS: Auch diesbezüglich ist das Baden mit BaseCare empfehlenswert, denn dieses basische Bad fördert über die höhere Badetemperatur, die über der Körpertemperatur liegt, auch eine vermehrte Ausscheidung der Schadstoffe über die Haut.

- ! WICHTIG: Auf ausreichendes Trinken von Wasser oder Stoffwechseltee ist bei einer Kur mit Zell Basic unbedingt zu achten: Steht dem Darm zu wenig für die Verdauung benötigte Flüssigkeit

zur Verfügung und ist durch die Bindung von Schadstoffen zu wenig frei verfügbare Flüssigkeit insgesamt vorhanden, dann verdickt sich der Nahrungsbrei und bleibt im Darm liegen, die Verstopfung ist perfekt.



ACHTUNG: Der Körper kann Schadstoffe und andere belastende Stoffe im Dickdarm über die Darmzotten ausscheiden. Die tägliche Darmreinigung durch ein Passagesalz (Bittersalz, Glaubersalz) ist bei einer Fastenkur unumgänglich, ansonsten würde ein Teil der Belastungsstoffe im Darm liegen bleiben und nach Beendigung der Kur wieder in den Körper aufgenommen werden.

Nr. 11 Silicea löst harnsaure kristalline Ablagerungen, wodurch die Belastungen für das Gewebe, in denen die Kristalle eingelagert waren, verringert werden. Für den Abbau der freigegebenen Säure ist die Kombination mit Natrium phosphoricum Nr. 9 notwendig. Es ist dem Säureabbau entsprechend in angemessener Gewichtung im Zell Basic enthalten.

Aus der Erfahrung ist erkennbar, dass ein mit Säure belasteter Organismus über die Haut nicht nur Schweiß sondern auch Säure ausscheidet. Solcherart belastete Menschen haben einen unangenehm riechenden Hand- und Fußschweiß, unter Umständen auch stinkenden Schweiß unter den Achseln, an den Armbeugen, Leisten und Kniekehlen.

Nr. 12 Calcium sulfuricum ist vor allem für die Durchlässigkeit und damit für die Transportqualität des Bindegewebes zuständig. Oft gelingt dem Organismus der Abbau von Schadstoffen und anderen belastenden Stoffen deshalb nicht, weil die Strukturen durch die Kompaktierung des Bindegewebes verdichtet sind. Nr. 12 Calcium sulfuricum ist der Betriebsstoff für den Eiweißabbau. Nr. 12 ist für Menschen, die mit Cellulite oder gar einer Eiweißspeicherproblematik belastet sind, besonders wichtig.

Nr. 16 Lithium chloratum unterstützt die Ausscheidung von Harnsäure über die Niere. Damit werden alle Belastungen reduziert, die durch eine vermehrte Belastung durch Harnsäure entstehen, wie Gicht und Rheuma, vor allem gichtisch rheumatische Beschwerden in den kleinen Gelenken. Nr. 16 Lithium chloratum unterstützt Nr. 8 Natrium chloratum als Nierenbetriebsstoff und ist wichtiger Mineralstoff für die Bindegewebsreinigung.

Nr. 19 Cuprum arsenicosum ist im Zell Basic enthalten, weil dieses Erweiterungsmittel den Eisen-, Leber- und Schilddrüsenstoffwechsel unterstützt und damit den Stoffwechsel anregt. Außerdem wirkt es antioxidativ, was bei Schadstoffbelastungen wichtig ist. Es ist auch ein wichtiger Schwermetallbinder und unterstützt die Schwermetallausscheidung, die durch Natrium chloratum in Gang gesetzt wird.

Für den Aufbau von Elastin und Kollagen und deren Vernetzung ist dieses Salz wichtig, auch begleitend wenn Bindegewebsverhärtungen vorhanden sind. Diese Vorgänge sind für die Regeneration des gereinigten kolloidalen Bindegewebes von besonderer Bedeutung.

Nr. 21 Zincum chloratum ist ein wichtiger Betriebsstoff für die Leber, des Bindegewebes, für die Schwermetallausleitung und ein bedeutsames Antioxidans.

Der Immunstoffwechsel wird angeregt und für den Geruch- und Geschmacksinn ist dieses Salz von Bedeutung, so wie auch Nr. 8 Natrium chloratum. Sind Allergien vorhanden, kann Nr. 21 gemeinsam mit Nr. 4 und Nr. 8 die allergischen Reaktionen mildern.

Das Erweiterungsmittel Nr. 21 unterstützt einen ausgewogenen Säure-Basen-Haushalt, weil es die Rückresorption von Bicarbonat in der Niere fördert.



HINWEIS: Die Erweiterungsmittel Nr. 19 und Nr. 21 unterstützen damit einerseits die Reinigung und den oxidativen Schutz des kolloidalen Bindegewebes, stärken den Immunstoffwechsel und sind andererseits an der Regeneration und dem Aufbau eines gesunden Bindegewebes beteiligt.

Nr. 23 Natrium bicarbonicum ist der Mineralstoff, der die Ausleitung von harnpflichtigen Substanzen aus dem Gewebe fördert. Außerdem unterstützt dieser Mineralstoff mit dem Bicarbonatpuffer den wichtigsten Basenpuffer im Körper.

Ein versäuerter Mensch hat meist einen trägen Stoffwechsel und kann nur gesund abnehmen, wenn ein ausgeglichener Säure-Basen-Haushalt angestrebt wird.
Das ist beim Abnehmen von großer Bedeutung.

Nr. 26 Selenium ist für einen oxidativen Schutz der Leber bedeutsam und verbessert die Entgiftungskapazität der Leber. Das ist gerade bei dem großen Anfall von Schadstoffen, der ja auch einen Schub von Freien Radikalen auslöst, wichtig. Metallausscheider.

9.2.8 Zell Basic – Reaktionen

Mögliche Reaktionen sollten bereits beim Kauf von Zell Basic ausführlich besprochen werden, damit der Kunde versteht, warum es zu Reaktionen kommt und diese nicht mit einem „Nicht-vertragen“ des Zell Basic verwechselt werden.

Der Organismus signalisiert durch bestimmte Reaktionen, dass er mit den Mineralstoffen arbeitet und auszuschcheiden beginnt. Im Falle von Reaktionen sind die angegebenen Schüßler Salze zusätzlich zu Zell Basic einzunehmen:

Reaktionen	Betroffener Mineralstoff	Stk./Tag	Zusätzliche Maßnahmen
Sodbrennen	Nr. 9 Natrium phosphoricum	10	Basensuppe
Gelenksschmerzen	Nr. 9 Natrium phosphoricum	10	Basensuppe BaseCare-Brei
Heißhungerattacken	Nr. 9 Natrium phosphoricum	10	BaseCare-Bad Ernährung
Mattigkeit	Nr. 9 Natrium phosphoricum	10	BaseCare-Bad
Verstopfung mit Übersäuerung	Nr. 9 Natrium phosphoricum	15	Ernährung, Wasser trinken
Geschwollene Hände, Beine, Tränensäcke	Nr. 10 Natrium sulfuricum	15	BaseCare-Bad
Durchfall - kurzfristig	Nr. 10 Natrium sulfuricum	10	Einläufe mit Nr. 10
Katerkopfschmerz	Nr. 10 Natrium sulfuricum	7 - 10	
Blähungen	Nr. 10 Natrium sulfuricum Nr. 33 Molybdenum sulfuratum	7 - 10 7	
Ekzeme, Juckreiz	Nr. 10 Natrium sulfuricum	7 - 10	BaseCare-Bad oder Brei

9.2.9 Eigenartiger Geschmack als Folge der Einnahme von Zell Basic?

Geschmack	Angezeigter Mineralstoff	Stk./Tag zusätzlich
parfümiert, seifig	Nr. 4 Kalium chloratum	5 - 7
modrig, schimmelig	Nr. 5 Kalium phosphoricum	10
salzig, metallisch	Nr. 8 Natrium chloratum	10
metallisch	Nr. 20 Kalium aluminum sulfuricum Nr. 21 Zincum chloratum	10 7
sauer, tranig - fischig	Nr. 9 Natrium phosphoricum	7
bitter	Nr. 10 Natrium sulfuricum	7

Zell Basic kann für manche Anwender verschieden schmecken.

Im Falle des Auftretens solcher Wahrnehmungen, werden die betreffenden angezeigten Salze jeweils zusätzlich zum Zell Basic eingenommen:

TIPP: Bei stark übergewichtigen Personen sind Reaktionen eher zu erwarten. In diesem Fall mit Hepaxen beginnen, erst dann mit Zell Basic fortsetzen.

9.3 BaseCare Bad

BaseCare enthält keine Schüßler Salze sondern ist eine Mischung von anorganischen Salzen, die als basisches Bad angewendet werden.

Die Haut ist das größte Ausscheidungsorgan des Körpers. Deshalb ist ein Abbau von Schadstoffen und Säuren über die Haut sinnvoll.

Eine der intensivsten Ausscheidungsvorgänge wird über das Schwitzen erreicht. Es wird zwischen zwei Arten unterschieden: dem aktiven und dem passiven Schwitzen.

- Das aktive Schwitzen, das durch intensive sportliche Betätigung erreicht wird, hilft dem Organismus, belastende Stoffe, die sich im Bereich des Unterhautgewebes befinden, auszuschleiden.
- Das passive Schwitzen hilft ebenso, solche Stoffe auszuschleiden, z. B. in der Sauna oder beim Baden.

Wird eine Entlastung von Schadstoffen über ein Bad angestrebt, sollte die Badetemperatur über der Körpertemperatur gewählt werden, sie sollte also über 37° C liegen.

Es gibt viele Menschen, die nach einem Schwitzvorgang regelrecht süchtig sind. Sie betonen, dass sie die 2-3 Stunden Joggen, Radfahren, Tennis etc. einfach dringend brauchen, sie würden es sonst nicht aushalten. Genauso die „fanatischen“ Besucher der Sauna, sie brauchen den passiven Ausscheidungsprozess von Schadstoffen.

Das alles wird beim **BaseCare** ausgenutzt. Dabei spielt nicht nur die Badetemperatur eine große Rolle, sondern besonders auch der pH-Wert. Durch die Beimengung geeigneter Mineralstoffe wird im Badewasser ein pH-Wert von mindestens 8 hergestellt. Die Badetemperatur soll 38°C betragen, jedenfalls über der Körpertemperatur gehalten werden. Durch das basische Bad entsteht eine „Lauge“. Der Körper ist gezwungen, diesen pH-Wert des Bades auf den Wert zu senken, der ihm entspricht und dieser liegt bei ungefähr 7,4. Das ist der pH-Wert des menschlichen Blutes. Es entsteht also ein osmotischer Druck durch den die Säuren aus dem Körper ausgeleitet werden.

Gleichzeitiges und oftmaliges Baden mit dem BaseCare erspart beim Abnehmen Hungerattacken, Müdigkeit und Mattigkeit bleiben aus. Das Hungergefühl allgemein geht zurück und damit kann auch leichter die Menge der Nahrungsaufnahme reduziert werden.

Nach ca. 20 Minuten Badezeit beginnt der Körper durch die hohe Wassertemperatur zu schwitzen und mit dem Schweiß Schadstoffe abzugeben. Schadstoffe (Verschlackung) auf Dauer los zu werden, ist von größter Bedeutung. Wird der Körper dabei unterstützt, und werden Schadstoffe auf diese Weise abgebaut, reduziert sich das Gewicht, bzw. der Körperumfang.

Durch eine geeignete Trägersubstanz der Mineralstoffe werden die ausgeschiedenen Stoffe im Badewasser sofort gebunden und können nicht mehr von der Haut aufgenommen werden, also nicht mehr rückresorbiert werden.



Vollbad

Bei großem Bedarf ist es möglich, täglich ein basisches Bad zu nehmen.

Dosierung: 3 Esslöffel **BaseCare** (Den basischen Wert des Badewassers mit pH Indikatorpapier kontrollieren! Wenn der basische Wert nicht erreicht wird, 1-2 Esslöffel BaseCare Basenbad hinzugeben.)

Empfohlene Badedauer: ca. 30 bis 50 Minuten, es sind aber auch Bäder von einer Länge bis über eine Stunde möglich.

Alle 5 bis 10 Minuten kann die Haut mit einer Badebürste leicht gebürstet oder mit einem Waschlappen abgerieben werden. Sie wird dabei von den ausgeschiedenen Stoffen gereinigt.

Badetemperatur: ca. 37° C bis 38° C, jedenfalls leicht über der Körpertemperatur, gleich bleibend über die gesamte Badedauer halten. (Badethermometer)



Zusammenfassung: Für die Zwecke des Abnehmens ist natürlich das Vollbad am bedeutungsvollsten und am wirksamsten.

HINWEIS: Menschen mit hohem Blutdruck, Kreislaufschwierigkeiten oder gar Herzproblemen dürfen keine Bäder über Körpertemperatur durchführen. Für sie liegt die ideale Badetemperatur bei 35° bis 36,5°. (dann nur Säureausscheidung!)

Basisches Sitzbad

Dauer: 10 bis 40 Minuten

Dosierung: 1 Esslöffel **BaseCare**

Basische Sitzbäder wirken sich besonders gut bei Problemen im Genital- und Analbereich aus.

Basisches Fußbad

Dauer: von 30 Minuten bis zu über eine Stunde

Dosierung: 1 Esslöffel **BaseCare**

Basische Fußbäder wirken besonders auf geschwollene Füße und Beine ein. Es gibt auch andere Beschwerden in Füßen und Unterschenkeln, die entlastet werden können: bei Fußschweiß, Fußpilz, Juckreiz in den Unterschenkeln, Ausschläge, Gichtzehen, rheumatische Beschwerden in den Fußgelenken wird das Fußbad hilfreich sein.

Basische Handbäder

Dauer: 5 bis 20 Minuten. Es hängt auch vom anstehenden Problem ab.

Dosierung: 1 Kaffeelöffel **BaseCare**

Gerade bei Handekzemen zeigt sich die Überlastung der Gewebe mit Säuren und Schadstoffen. BaseCare kann hilfreich eingesetzt werden. Aber auch bei rheumatischen Beschwerden, bei Gichtknoten in den Fingergelenken ist Hilfe zu erwarten.

9.3.1 BaseCare als Maske

Eine besonders wohltuende Anwendung ist es, mit BaseCare Körper- und Gesichtsmasken zu machen. Eine solche Maske können Sie zur Pflege Ihrer Figur, aber auch bei übermäßiger Verschlackung der Haut anwenden.

BaseCare empfiehlt sich bei unreiner zu Akne neigender Haut als Breimaseke.

Dauer: 15-20 Minuten einwirken lassen, wenn gewünscht auch länger
Zubereitung: BaseCare wird mit warmem Wasser einfach zu einem dicken Brei angerührt und dick auf die gewünschte Hautstelle aufgetragen. Antrocknen lassen und nach der Einwirkzeit mit warmem Wasser wieder abwaschen.



9.4 Stoffwechseltee Adler Pharma

Als wesentlicher Bestandteil einer Reinigungskur, bzw. unterstützend zum Abnehmen, wird das Trinken von Kräutertees empfohlen.

Kräutertees wurden immer schon zur Unterstützung des Stoffwechsels eingesetzt und auch die fernöstliche Heilkunde betrachtet Tees als besonders wichtige Arzneien zur Gesunderhaltung, oder zur Heilung. Der Phytotherapie wird auch in der wissenschaftlich orientierten Medizin wieder mehr Beachtung zuteil.



Der Stoffwechseltee ist so zusammengestellt, dass einerseits eine vermehrte Ausscheidung über die Harnwege zu Stande kommt, andererseits wird besonders auch der Zellstoffwechsel angeregt und die Schadstoffausscheidung dadurch gefördert. Es werden also die beiden Ausscheidungswege, Niere und Leber in ihrer Tätigkeit angeregt, aber auch gestärkt.

Beachten muss man aber, dass Menschen mit Ödemen, eingeschränkter Nieren- und Herz-tätigkeit solche Tees nicht trinken sollen. Auch schwangere oder stillende Frauen sollten diesen Tee nicht trinken.

9.4.1 Zusammensetzung

Löwenzahnblätter: entgiftend, harntreibend, regt Leber und Galle an, führt zu einer besseren Durchblutung des Bindegewebes, dadurch können vermehrt Schadstoffes ausgeschieden werden.

Brennnesselkraut: Anregung des Stoffwechsels allgemein, Bestandteil von Teemischungen für Rheuma, Gicht, Leber- u. Gallenleiden, wirkt harntreibend.

Bärentraubenblätter: Entgiftungsmittel der Niere und Blase, entzündungshemmend besonders für die Harnwege.

Bruchkraut: krampflösende Wirkung auf die Harnwege, Stärkung der ableitenden Harnwege

Schafgarbe: eine wichtige Heilpflanze, Anwendung bei Heuschnupfen, Allergien, aber auch bei Magen-, Darm- und Gallenbeschwerden, sowie bei Menstruationsbeschwerden, wirkt auch blutstillend, wirkt antibakteriell, krampflösend, fördert auch die Gallensekretion.

Der **Stoffwechseltee Adler Pharma** besteht aus den oben beschriebenen Teedrogen, die in einem ganz bestimmten Mischungsverhältnis gemischt werden. Bei der Teezubereitung ist hier besonders auf die Zubereitungsvorschrift zu achten!

9.4.2 Zubereitung

1 Beutel Stoffwechseltee wird mit 1 bis 1,5 Liter siedendem Wasser übergossen und ca. 5 – 7 Minuten stehen gelassen. Mehrere Tassen über den Tag verteilt trinken. Bitte nicht süßen, auch keine Zitrone dazugeben.

Ist der Tee richtig zubereitet, dann ist er wohlschmeckend. Schmeckt er für Sie noch zu bitter, dann verwenden Sie 2 Liter siedendes Wasser.

Diese außerordentliche Verdünnung des Tees ist wichtig, damit der Körper angeregt wird, seine Schadstoffe auszuschcheiden. Eine Überladung durch zu starke Konzentration des Teeaufgusses würde den Körper belasten und die Ausscheidung behindern.

9.5 Evocell Körpercreme für eine schöne Figur

Diese Körpercreme ist besonders angenehm aufzutragen. Die hoch verdünnten Mineralstoffe entlasten das Bindegewebe und unterstützen dessen Regeneration und Festigung.

Evocell fördert die Regeneration und Festigung der mit Cellulite belasteten Hautzonen. Olivenöl regt die Durchblutung der Haut an, Mandelöl und Copaibaöl pflegen, Jojobaöl und der eingearbeitete NMF Faktor (Natural Moisturizing Factor) sind feuchtigkeitsspendend und pflegend. Der natürliche Feuchthaltefaktor (NMF Faktor) ermöglicht der Haut, in der Hornschicht mehr Feuchtigkeit zu binden. Eine gut durchfeuchtete Haut nimmt auch andere Wirkstoffe wie die hochverdünnten Mineralstoffe viel schneller auf als eine trockene. Evocell enthält eine Mischung von hoch verdünnten Mineralstoffen in der Verdünnung der jeweiligen Schüßler Salze als Wirkstoffkombination.

- **Evocell enthält einen bio-zertifizierten, sehr angenehmen Duft, außerdem wurde das Silikonöl durch Copaibaöl ersetzt.**



9.5.1 Cellulite, ein kosmetisches Problem?

Bei einer eiweißreichen Ernährung wird Eiweiß ins Bindegewebe eingelagert. Dazu kommt, dass aufgrund der natürlichen weiblichen Bindegewebsstruktur sich Fettpölsterchen leichter an bestimmten Stellen anlagern, was man dann als Cellulite bezeichnet. Das betroffene Gewebe wird in seiner Funktion belastet, der Nährstofftransport ist erschwert, es kommt letztlich zu einem Stoffwechselstau im Bindegewebe.

Die hoch verdünnten Mineralstoffe entlasten das Bindegewebe über die Haut:

Mineralstoff	Hintergrundinformation
Nr. 1 Calcium fluoratum	Elastizität der Oberhaut
Nr. 2 Calcium phosphoricum	Eiweißstoffwechsel
Nr. 4 Kalium chloratum	Bindegewebsstrukturen- und Aufbau
Nr. 9 Natrium phosphoricum	Säureabbau
Nr. 10 Natrium sulfuricum	Schadstoffabbau
Nr. 11 Silicea	Struktur und Festigkeit des Bindegewebes
Nr. 12 Calcium sulfuricum	Entlastet das Bindegewebe, löst Stauungen auf

9.5.2 Das Problem Cellulite sollte auf mehreren Ebenen angegangen werden

Eine **Ernährungsumstellung** ist anzuraten: weg vom hohen Proteinkonsum, hin zu einer Ernährung mit hohem Gemüse - (vor allem Frischkost) und Vollkornanteil.

Die Übersäuerung mit **BaseCare** Basenbad über die Haut abbauen, auch Breiwickel mit BaseCare im Bereich der betroffenen Stellen sind empfehlenswert.

Den Eiweißstoffwechsel durch Einnahme der entsprechenden Schüßler-Salze regulieren, diese Mineralstoffe sind auch im **Zell Basic Adler Pharma** enthalten.

Wasser trinken!

Reaktion: Da Evocell vor allem dann angewendet wird, wenn die beschriebene stoffwechselbedingte Belastung vorliegt, gibt es manchmal als Erstreaktion auf ein Eincremen mit der Creme die Rückmeldung, das Produkt rieche unangenehm auf der Haut. Das ist eine typische Mineralstoffreaktion und tritt nur bei stark übersäuerten Personen auf.

9.5.3 Anwendung

Alle Topics Produkte werden **öfter unmittelbar hintereinander aufgetragen** und einmassiert, bis das Gewebe mit den Mineralstoffen gesättigt ist. Dadurch ist eine optimale Mineralstoffversorgung über die Haut möglich. Evocell täglich zumindest 2-mal auftragen, dabei jeweils mehrmals hintereinander und sanft einmassieren.

Evocell wird hilfreich bei Stauungen eingesetzt, besonders bei Lymphstau Problemen - geschwollene Lymphknoten, gestaute Lymphe im Arm, gestautes Bindegewebe der Brust.



9.6 Detox Basic Adler Ortho Aktiv 12

Eiweiss, Säure, Schadstoffe

Inhaltsstoffe pro Tagesdosis (= 3 Kapseln)

Inhaltsstoffe	pro 100 g	pro Tagesdosis (= 3 Kapseln)	NRV%*/ Tagesdosis
Artischockenblätterextrakt	8,48 g	150 mg	-
entspricht Reinstoff Artischocke	169,55 g	3 g	-
Brennnesselwurzel	7,06 g	125 mg	-
entspricht Reinstoff Brennnesselwurzel	70,6 g	1,25 g	-
Dolomitpulver	42,4 g	750 mg	-
davon Calcium	9,2 g	163 mg	20%
davon Magnesium	5,58 g	98,8 mg	26%
Vitamin C	4,5 g	80 mg	100%
Papain	565 mg	10 mg	-
Bromelain	565 mg	10 mg	-
Cynarin	212 mg	3,75 mg	-
Chlorellakonzentrat	2,8 g	50 mg	-
Spirulinakonzentrat	2,8 g	50 mg	-

* NRV – nutrient reference values.
Die Werte der Inhaltsstoffe beruhen auf Durchschnittswerten.

9.6.1 Thema Eiweißabbau, Kollagenaufbau:

Nährstoffe	Funktion
Bromelain (Ananas) und Papain (Papaya)	Die pflanzlichen Enzyme Bromelain und Papain aus Ananas- und Papaya-Früchten fördern die Verwertung von Eiweiß. Bromelain: enthält Cystein. Es fördert die Verdauung und zügelt den Appetit. Papain: fördert die Proteinverdauung und regt den Stoffwechsel an.
Vitamin C	Wasserlösliches Antioxidans, fördert und stimuliert die Kollagenbildung und daher den Bindegewebsaufbau

9.6.2 Thema Niere und Säure:

Nährstoffe	Funktion
Brennnesselwurzel	Harntreibend, anregend für fast den gesamten Stoffwechsel.
Dolomit	Für bindegewebereinigende Stoffwechselprozesse, zur gezielten Zufuhr basischer Nährstoffe, welche Abbau und Ausscheidung der Stoffwechselsäuren fördern.

9.6.3 Thema Leber:

Nährstoffe	Funktion
Artischocke mit standardisiertem Cynarin	Artischockenextrakt stimuliert die Galle-Sekretion in der Leber und dadurch den Fettstoffwechsel. Artischocke regeneriert die Leber in all ihren Funktionen.



9.7 Leber Metabol Adler Ortho Aktiv 10

Glykogen, Stoffwechsel, Entschlacken

9.7.1 Claim: Cholin

- zur Erhaltung einer normalen Leberfunktion

Enthält Artischockenextrakt, L-Glutathion, Alpha-Liponsäure, Chlorella-Algen, Bärlauchextrakt

Inhaltsstoffe pro Tagesdosis (= 3 Kapseln)

Inhaltsstoffe	pro 100 g	pro Tagesdosis (= 3 Kapseln)	NRV%*/ Tagesdosis
Artischockenblätterextrakt	19,4 g	300 mg	-
entspricht Reinstoff Artischocke	387 g	6000 mg	-
davon Cynarin	484 mg	7,5 mg	-
L-Glutathion	1,33 g	20 mg	-
Zink	646 mg	10 mg	100%
Mangan	129 mg	2 mg	100%
Chrom	7 mg	0,1 mg	250%
Selen	7 mg	0,1 mg	182%
Vitamin C	6,64 g	100 mg	126%
Vitamin E	1,99 g	30 mg	250%
Thiamin	271 mg	4,2 mg	382%
Riboflavin	310 mg	4,8 mg	343%
Niacin	3,49 g	54 mg	338%
Pantothensäure	1,2 g	18 mg	300%
Vitamin B6	388 mg	6 mg	429%
Biotin	30 mg	0,45 mg	900%
Folsäure	40 mg	0,6 mg	300%
Vitamin B12	0,2 mg	0,003 mg	120%
Alpha-Liponsäure	6,5 g	100 mg	-
Bärlauchextrakt	5,92 g	91,7 mg	-
entspricht Reinstoff Bärlauch	17,8 g	275 mg	-
Chlorellakonzentrat	3,32 g	50 g	-
Cholin	5,33 g	82,5 mg	-

* NRV – nutrient reference values.
Die Werte der Inhaltsstoffe beruhen auf Durchschnittswerten.

9.7.2 Thema Leberstoffwechsel

Nährstoffe	Funktion
Artischocke – Laubblätter von Cynarae Folium	<u>Sie fördert die Tätigkeit der Leberzellen durch:</u> Erhöhung der Stoffwechselleistung der Zellen, Anregung von Zellwachstum und Zellteilung, Förderung der Zellregeneration, Schutz vor zellschädigenden Substanzen, wie Alkohol oder Tetrachlorkohlenstoff, schützt vor dem Angriff freier Radikale, Bewahrung des Glutathion, der antioxidative Leberschutz schlechthin. Fördert die Durchblutung des Lebergewebes. Artischockenextrakt wirkt auf den Cholesterinhaushalt: die Neubildung von Cholesterin in der Leber wird gebremst, die Ausscheidung durch Umwandlung in Gallenbestandteile gesteigert.
Cholin	stärkt die Leberfunktionen, für einen gesunden Cholesterinspiegel
Bärlauchextrakt	senkt Cholesterin und hilft bei Blähungen

9.7.3 Thema Leberentgiftung, Antioxidans

Nährstoffe	Funktion
Artischocke – Laubblätter von Cynarae Folium	Wichtigstes AO im Körper, besonders in der Leber: macht Zellgifte und krebserregende Stoffe unschädlich. Es stabilisiert die Zellmembran der Hepatozyten und schützt damit die Leberzellfunktion. Glutathion wird regeneriert durch Niacin, Vitamin B2, Vitamin E und Vitamin C
Vitamin C	Hydrophiles Antioxidans, es verbessert dadurch die Ausleitungs- und Entgiftungskapazität der Leber.
Vitamin E: Oft ist man auch besonders geruchsempfindlich, weil die Entgiftung der Leber überfordert ist.	Lipophiles Antioxidans, vor allem in den Biomembranen der Leberzellen, und in allen lipidreichen biologischen Membranen. Es ist entzündungshemmend und verbessert die zellvermittelte Immunantwort.

Zink	Die zinkabhängige SOD hilft der Leber die Superoxidradikale, die bei der Entgiftungstätigkeit entstehen, unschädlich zu machen. Zink dient auch der Ausleitung von Schwermetallen. Zn ist Bestandteil der Alkoholdehydrogenase - Alkoholabbau
Selen	Selen als Selenocystein sind Bestandteil der Glutathionperoxidase - wichtiges AO Selen ist Oxidationsschutz: für rote Blutkörperchen, für Immunzellen, den Leberstoffwechsel und den Stoffwechsel der Augenlinse. Vor allem schützt es die Leber in ihrer Entgiftungstätigkeit. Stoffwechselstörungen der Leber und Bauchspeicheldrüse gehen häufig mit einem Selenmangel einher. Selen kann Schwermetalle binden.
Vitamin B Komplex	Dient der Regeneration von Glutathion – ist also auch antioxidativ wirksam.
Taurin	Es ist das einzige Antioxidans, das Chlorit-Radikale neutralisieren kann. Ein Mangel an Taurin zeigt sich an einer starken Geruchs-empfindlichkeit gegenüber Chlorgeruch (Schwimmbad) oder Fischgeruch.

9.7.4 Thema Ausleitungsstoffe

Nährstoffe	Funktion
Chlorella	Durch Gaben von Chlorella werden lipophile Xenobiotika ausgeleitet. Chlorella fördert die Ausscheidung von Cadmium und Dioxin über die Nieren und über den Stuhl.
Bärlauchextrakt	Fördert die Ausleitung von Schwermetallen
Alpha Liponsäure	Alpha-Liponsäure ist ein wertvolles Antioxidans, schützt vor allem Biomembranen vor der oxidativen Zerstörung durch Sauerstoffradikale. Es ist ein wertvoller Stoff zur Schwermetallausleitung.

9.7.5 Thema Glucosestoffwechsel: Diabetes Typ II

Nährstoffe	Funktion
Vitamin B Komplex	Sind sehr wichtig für den Kohlenhydratstoffwechsel, sie sorgen für die Umwandlung von Zucker in Energie – Glukoseintoleranz, Typ II Diabetes.
Chrom (GTF – Chrom III, Niacin, Cystein, Glycin, Glutaminsäure und Glutathion)	Chrom ist Bestandteil des Glukosetoleranzfaktors (GTF), dieser hat Einfluss auf die Glucoseverwertung Chrom ist in der Lage, den Blutzuckerspiegel zu senken und die Glucose-Toleranz zu verbessern.
Mangan	- fördert die Insulin-Synthese in der Bauchspeicheldrüse, gemeinsam mit Chrom und Zink - ist struktureller Bestandteil des Enzyms Pyruvatcarboxylase. Es wird daher bei Diabetes und zur Leistungssteigerung bei körperlichen Belastungen eingesetzt.
Zink	Zinkmangel: die β -Inselzellen des Pankreas reduzieren die Insulin Produktion. Es kommt zur verminderten Glucosetoleranz, weil der Insulinspeicher vermindert ist. Das Gewebe reagiert nicht mehr so sensibel auf Insulin, das Insulin wird rascher abgebaut, die Aktivität von zinkabhängigen Enzymen im Kohlenhydratstoffwechsel wird vermindert.
Alpha Liponsäure	ALA + B2 und B6 brauchen wir zum Abbau von Kohlenhydraten und Zucker. ALA verbessert die diabetische Stoffwechsellage, es wird gegeben bei Polyneuropathien



9.8 Weitere Elemente für nachhaltiges Abnehmen

9.8.1 Ernährungsumstellung

- Frischkost
- basenbildend
(säurebildende und saure Nahrungsmittel sollten gemieden werden)
- basische Gemüsebrühe

9.8.2 Bewegung

- Abatmung von Säure
- Stoffwechsel aktiviert
- Training



9.8.3 Einlauf

Nicht unbedingt notwendig, hängt vom Ernst der Lage und vom jeweiligen Menschen ab.

bei Verstopfung	Nr. 3 Ferrum phosphoricum Nr. 7 Magnesium phosphoricum Nr. 8 Natrium chloratum Nr. 10 Natrium sulfuricum	<i>Hinweis: Es muss gewährleistet sein, dass keine Blinddarmreizung oder Entzündung vorliegt!</i>
zur Reinigung, vor allem bei Fastenkuren	Nr. 1 Calcium fluoratum Nr. 3 Ferrum phosphoricum Nr. 4 Kalium chloratum Nr. 5 Kalium phosphoricum Nr. 6 Kalium sulfuricum Nr. 7 Magnesium phosphoricum Nr. 8 Natrium chloratum *Nr. 10 Natrium sulfuricum	<i>Nr. 1 – Elastizität der Darmwände, Nr. 3 – Aktivierung der Darmzotten und Durchblutungsförderung, Nr. 4 – Arbeit der Drüsen und Entgiftung, Nr. 5 – Energie, Nr. 6 – Bindung der alten Schlacken, Nr. 8 – Flüssigkeitsregulierung und Entgiftung, Nr. 10 – Entschlackung Anwendung: Es werden von jedem Mineralstoff jeweils 5 -7 Tabletten aufgelöst und Flüssigkeit dazu gegeben. Das Wasser sollte abgekocht sein.</i>

9.8.4 Bittersalz

Die Darmreinigung ist bei Fastenkuren unerlässlich, bei den weniger intensiven Maßnahmen nicht notwendig.

 **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