

Schüßler-Salze kommen bei Kunden gut an

Gesundheit In der Adler-Apotheke setzt man auch auf alternative Heilverfahren

Von unserer Redakteurin
Vera Müller

■ **Rhaunen.** Heilpraktiker schwören drauf, sogar Schulmediziner weisen Patienten darauf hin, fast alle Apotheken haben sie mittlerweile vorrätig: Voll im Trend liegen Schüßler-Salze. Zur Expertin hat sich Silvia Stilz, die zum Team der Rhaunener Adler-Apotheke gehört, entwickelt. Die Apothekerin aus Bad Sobernheim bildet sich aktuell zur Fachapothekerin für Allgemeinpharmazie weiter. Parallel entwickelt sie zusammen mit Chef Johannes Jaenicke neue Serviceleistungen in der pharmazeutischen Betreuung. Und dazu gehört der Umgang mit Schüßler-Salzen: „Die Nachfrage steigt. Die Rückmeldungen sind durchweg positiv“, berichtet Silvia Stilz.

Ursache für viele Krankheiten

Sie erläutert Hintergründe: Dr. Wilhelm Heinrich Schüßler entwickelte im 19. Jahrhundert die sogenannte Biochemie, die aus der Homöopathie hervorging. Am bekanntesten sind die nach ihm benannten „Schüßler-Salze“: Mineralsalze, die das fehlende Gleichgewicht der Mineralstoffe in den Körperzellen wieder herstellen sollen. Nach der Meinung Schüßlers ist dieses Ungleichgewicht die Ursache für viele verschiedene Krankheiten. In stark verdünnter Form können die Salze durch Magen und Verdauungstrakt ins Blut übergehen und gelangen dadurch zu den einzelnen Körperzellen. Deren Wände können sie durchdringen und so von den Zellen aufgenommen werden. Die Wirksamkeit der Schüßler-Salze ist – wie viele andere Alternativ-Heilverfahren – wissenschaftlich nicht bewiesen. Schüßler-Salze ersetzen sicher keinen Arztbesuch und sollten nur nach eingehender Beratung eingenommen werden, sind sich auch die Homöopathen einig.

Schüßler-Salze werden am häufigsten in Form von Tabletten eingenommen. Als Trägerstoff dient hierbei Lactose. „Man kann die Salze aber auch in Form von Glo-

buli oder als Tropfen einnehmen. Sie sollten am besten kurz vor dem Essen eingenommen werden. Die Tabletten lässt man langsam im Mund zergehen. Für Diabetiker ist es grundsätzlich am besten, die Mineralstoffe aufzulösen. Zusätzlich erhält man Schüßler-Salze seit einiger Zeit auch als Salben“, berichtet die Apothekerin, die selbst die Salze 5 und 7 einnimmt: Diese Nummern helfen unter anderem bei Stress und Verspannungen.

Auch Kuren sind möglich

Schüßler entwickelte insgesamt zwölf Funktionsmittel. Dies sind die eigentlichen Schüßler-Salze. Hinzu kommen noch 15 weitere Salze, die aber nicht von Schüßler selbst, sondern von seinen Schülern nach seinem Tod als Heilmittel weiterentwickelt wurden.

Mit speziellen Schüßler-Kuren (fürs Immunsystem, Darm etc.) lassen sich die Selbstheilungskräfte aktivieren, und man kann Krankheiten (auch im psychischen Bereich) möglicherweise vorbeugen. Auch für Kinder sind Schüßler-Salze geeignet. Die Fachfrau weiß: „Das bekannteste Salz dürfte die Nummer 7, Magnesium phosphoricum, sein. Es ist das Salz der Nerven und Muskeln, wirkt krampflosend und schmerzstillend.“

In der Biochemie nach Dr. Schüßler wurde zudem die sogenannte Antlitz-Analyse entwickelt. Sie gibt geschulten Experten das geeignete Mittel an die Hand, um aus dem Gesicht (Hautbeschaffenheit, Verfärbungen, Glanz etc.) eines Menschen eventuell bestehende Mineralstoffmängel abzulesen. Ansprechpartner hierfür ist unter anderem der Weierbacher Apotheker Dr. Fritz Conrad, der diese Analyse anbietet und danach individuelle Salz-Mischungen mixt.

⊕ Interessierte sollten einen Heilpraktiker aufsuchen oder sich in ihrer Apotheke ausführlich beraten lassen. **Buch-Tipp** zum Thema: „Schüßler-Salze: Großer GU Kompass“, Günther H. Heepen, 12 Euro.



Kleine Tabletten, große Wirkung? Immer im Kreis Birkenfeld sind die Salze erhältlich

Die zwölf Funktionssalze des Dr. S

1 Calcium floratum. Wird benötigt bei Hautproblemen, stärkt das Bindegewebe (Cellulite, Venensorgen), glättet Falten, strafft die Haut. Wer Probleme mit Warzen und Hautverhärtungen (Schwielebildung, wulstige Narben) hat, der sollte zu diesem Salz greifen.

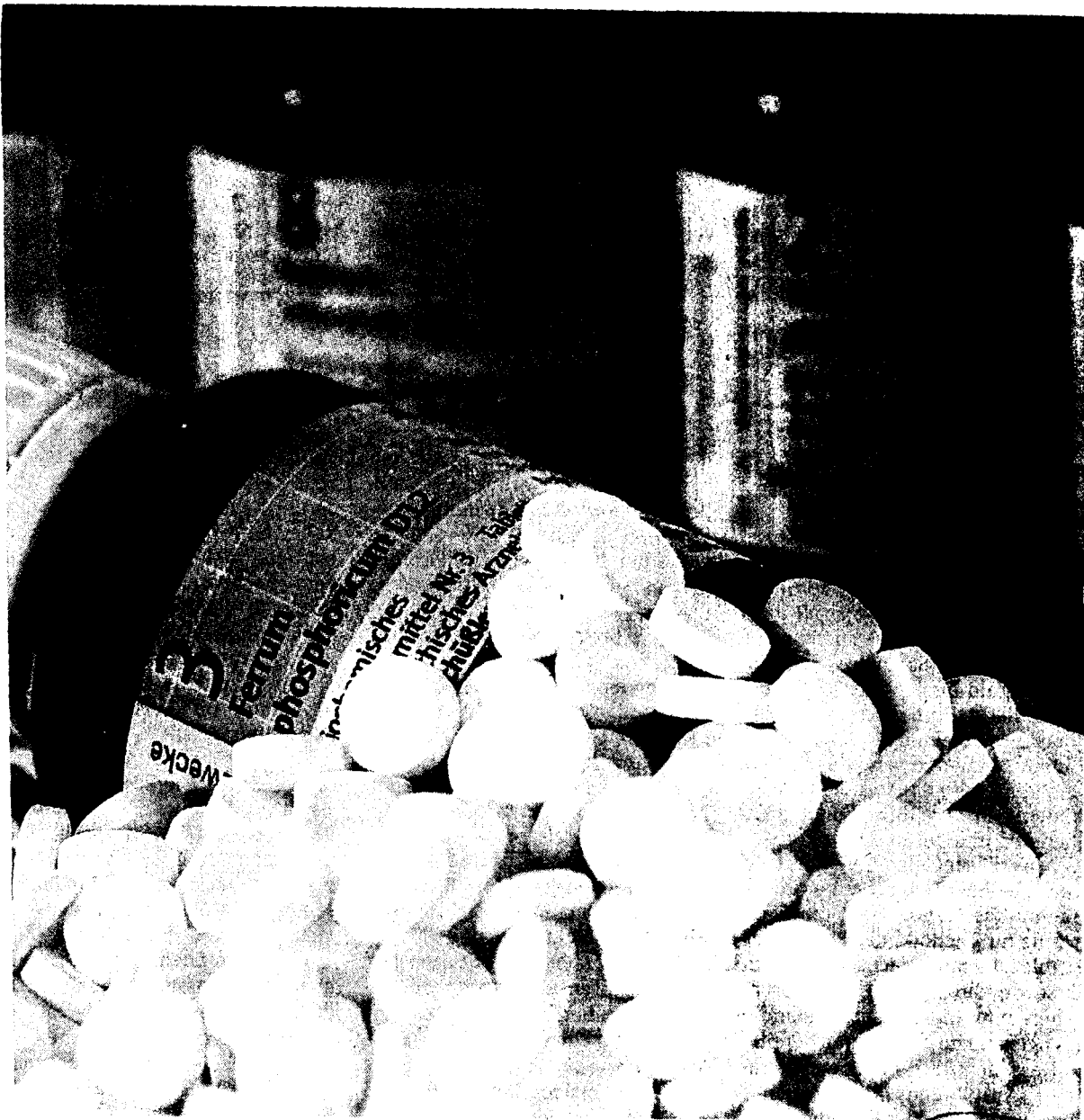
2 Calcium phosphoricum. Es ist das wichtigste Salz für die Knochenbildung, kann vorbeugend bei Osteoporose wirken, wirkt aber auch entkrampfend und ist förderlich bei der Wundheilung.

3 Ferrum phosphoricum. Fördert die Durchblutung, stärkt damit das Immunsystem und hilft bei der Wundheilung.

4 Kalium chloratum. Hilft dem Körper vor allem bei Entzündungen der Blase und Harnwege, bei Entzündungen im Nasen-, Hals- und Rachenraum.

Silv
Rha
Salz

5
ten



mehr Menschen setzen auf die Mineralstoffe, die in Schüßler-Salzen enthalten sind. In nahezu allen Apotheken

Foto: fotolia

Schüßler



Ma Stilz von der Adler-Apotheke
kennen sich mit Schüßler-
salzen bestens aus.

Kalium phosphoricum. Hilft
bei Nervosität, stressbeding-
ter Verdauungs- und Atmungs-

problemen. Nervöse Zustände
schwächen sich ab.

6 Kalium sulfuricum. Dieses Salz
ist ganz wichtig für die Zeller-
neuerung bei Hautkrankheiten, hilft
beim Abheilen von Wunden und
bei chronischen Entzündungen.

7 Magnesium phosphoricum.
Hilft bei Krämpfen, Menstru-
ationsproblemen, ziehendem
Kopfschmerz, beruhigt die Nerven.

8 Natrium chloratum. Lässt
Schleimhäute anschwellen (gut
vor allem bei verstopfter Nase und
bei Schnupfen), hilft bei Schwel-
lungen in den Gelenken, regelt
generell Störungen des Flüssig-
keitshaushalts.

9 Natrium phosphoricum. Ganz
wichtig gegen die generelle
Übersäuerung des Körpers und die
überschießende Talgbildung infolge

falscher Ernährung (zu fett, zu
scharf). Hilft bei Stoffwechsel-
problemen und Verdauungsstö-
rungen.

10 Natrium sulfuricum. Dieses
Schüßler-Salz hilft bei
Durchfall, Hautausschlag, es führt
Giftstoffe aus dem Körper ab und
hemmt Entzündungen. Hilfreich ist
es auch bei angeschwollenem Ge-
webe.

11 Silicea. Ist auch als Kiesel-
säure bekannt und hilft bei
Knochen-, Sehnen- und Knorpel-
problemen. Es stärkt das Binde-
gewebe (Cellulite), mindert die
Faltenbildung in der Haut.

12 Calcium sulfuricum. Hilft bei
entzündlichen Gelenken,
bildet Knorpel. Außerdem regt
dieses Salz die Leber an, fördert
den Gallenfluss, Schadstoffe kön-
nen besser ausgeleitet werden.

en:
s.

1. Ab-
schul-
e des
ss die
akti-
folge
wird
orbe-
Nach-
t psy-
und

e
blick
ng
r@
us@
nisch
Fax

eff
lle

ietet
AM)
die
eil-
Ver
ib im
er
ler di-

