



Die biochemische Heilweise Schüßler-Salze

Schüßler-Salze sind alternativmedizinische Präparate von Mineralsalzen in homöopathischer Dosierung. Erfinder der Schüßler-Salz-Therapie war der deutsche homöopathische Arzt Wilhelm Heinrich Schüßler (1821-1898), der davon ausging, dass Krankheiten durch Störungen des Mineralhaushalts der Körperzellen entstehen und durch gezielte homöopathische Gaben von Mineralien geheilt werden können.

Schüßler veröffentlichte 1873 in der Allgemeinen Homöopathischen Zeitung den 16-seitigen Artikel „Eine abgekürzte Therapie gegründet auf Histologie und Cellularpathologie“, in dem er die Grundzüge seiner Lehre beschrieb und eine bis dahin unbekannte Therapieform namens „Biochemische Heilweise“ vorstellte. Der Artikel sorgte weltweit für Aufsehen, da Schüßler behauptete, mit lediglich 12 homöopathischen Salzen seien fast alle Krankheiten erfolgreich therapierbar.

Schüßler ging davon aus, dass Krankheiten auf der Grundlage gestörter biochemischer Prozesse entstehen, wobei das Fehlen eines einzelnen Minerals den gesamten Stoffwechsel negativ beeinträchtigen kann. Sein Ansatz war simpel: Der fehlende Mineralstoff muss therapeutisch zugeführt werden. Um Mängel innerhalb einer Zelle aufzufüllen, sei eine Potenzierung der Salze notwendig. Schüßler beschrieb, dass die hoch verdünnten feinstofflichen Mineralstoffe direkt in das Zellinnere gelangen würden, wo sie Reparatur- und Aufbauarbeit leisten. Die Mängel außerhalb der Zellen gelte es durch eine basen- und nährstoffreiche Ernährung aufzufüllen.

Schüßler und die Homöopathie – ein Kampf. Immer wieder erklärte er, sein Verfahren sei „kein homöopathisches“, weil es nicht auf dem Hahnemann'schen Simile-Prinzip („Ähnliches kann durch Ähnliches geheilt werden“) beruhe, sondern auf schlichten physiologisch-chemischen Vorgängen im menschlichen Organismus. Er distanzierte sich von den in der Homöopathie üblichen Arzneimittelprüfungen an gesunden Probanden und lehnte diese als „grundfalsch“ ab. Schüßler hatte viele Auseinandersetzungen mit homöopathischen Kollegen, die seine Behandlungsmethode nicht akzeptierten und verächtlich von „Düngemitteln“ sprachen. 1876 zog er die Konsequenzen und trat aus dem „Centralverein homöopathischer Ärzte“ aus. Doch er ließ sich nicht beirren und blieb seiner Richtung treu.

Wilhelm Heinrich Schüßler arbeitete mit der selbst kreierten „Antlitzanalyse“. Über bestimmte Merkmale im Gesicht konnte er die fehlenden Mineralstoffe feststellen und so eine entsprechende Dosierung der Salze vornehmen. Richtig dosiert erzielte er so mit seinen Salzen große Behandlungserfolge.

Nach Schüßlers Tod lebte seine biochemische Heilweise weiter. Anfang des 20. Jahrhunderts gab es bereits drei große Verbände: den „Verband biochemischer Vereine für das Deutsche Reich“, den „Jade-Verband“ und den

„Schüßler-Bund“. 20 Jahre später zählte die biochemische Bewegung über 800 ehrenamtliche „Krankenbehandler“, deren größte Feinde die Ärzte waren. Als „Kurfuscher“ wurden sie von ihnen beschimpft und oftmals sogar wegen „fahrlässiger Körperverletzung“ oder gar „Tötung“ angezeigt. Alle Gerichtsverfahren endeten aber mit klarem Freispruch.

1922 wurden die biochemischen Vereine zusammengeschlossen zum „Biochemischen Bund Deutschlands“, der sechs Jahre später knapp 200 000 Mitglieder zählte und 22 hauptamtliche Mitarbeiter beschäftigte. Es folgte die Gründung eines eigenen Verlags in Potsdam, der die „Zeitschrift für Biochemie – Volkstümliches Fachorgan für Mineralstofflehre“ (Auflage über 200 000) sowie zahlreiche Informationsschriften publizierte.

Zur Zeit des Nationalsozialismus wurde die „Biochemie“ eine anerkannte Heilweise. Die Behandler erhielten nun den Status von Heilpraktikern und damit ein deutlich höheres Ansehen in der Bevölkerung. Zudem wurde erstmals die Wirksamkeit biochemischer Heilmittel mit staatlicher Förderung untersucht. Der „Biochemische Bund“ geriet jedoch immer mehr in nationalsozialistisches Fahrwasser und schloss nach einer Mitgliederprüfung einige unerwünschte „nichtarische“ Anhänger aus. Linientreue Parteigenossen übernahmen das Steuer des Bunds und sorgten für eine Eingliederung in die „Reichsarbeitsgemeinschaft der Verbände für naturgemäße Lebens- und Heilweise“.

Das Ende des Zweiten Weltkriegs war auch das Ende des Bundes, jedoch nur für kurze Zeit, denn schon 1946 wurde er neu konstituiert. 1949 erschien die alte, neue Mitgliederzeitschrift mit dem Titel „Gesundes Volk“, später „Weg zur Gesundheit“, und

das verbandseigene Kurhaus wurde 1949 in ein „Dr. Schüßler-Sanatorium“ umgewandelt. Die „Biochemie nach Schüßler“ ist als Therapieform hauptsächlich durch Heilpraktiker erhalten geblieben. Sie wird in Fachschulen und naturheilkundlichen Ausbildungsstätten wie den Deutschen Paracelsus Schulen für Naturheilverfahren gelehrt, und viele Heilpraktiker arbeiten täglich in ihrer Praxis mit diesen Mitteln. Mittlerweile gibt es in Deutschland über 80 „biochemische Vereine“ und viele weitere im Ausland.

Schüßler-Salze werden als „homöopathisch aufbereitete“, also potenzierte Mittel in Tablettenform angewendet. Die Tabletten lässt man im Mund langsam zergehen. Über die Mundschleimhaut werden die Mineralstoffe vom Körper aufgenommen. Jedes der Salze verfügt über eine sogenannte Regelpotenz. Für die Salze Nr. 1, 3 und 11 ist dies D12, für die übrigen Salze D6. Für Patienten mit Laktoseintoleranz gibt es die Schüßler-Salze auch in Form alkoholischer Tropfen oder laktosefreier Globuli.

Verdünnt werden die Schüßler-Mittel nach homöopathischer Verfahrensweise durch Schüttern, Reiben oder Zerkleinern. Hier existieren entsprechende Verdünnungsbezeichnungen: D1 = Verdünnung von 1:10, Dx = Verdünnung von 1:10x. In der Regel sind die Salze D6 = 1:1 000 000 oder D12 = 1:1 000 000 000 000 verdünnt.

Bei den biochemischen Mitteln nach Schüßler handelt es sich um homöopathische Arzneimittel im Sinne des deutschen Arzneimittelgesetzes, die als Fertigarzneimittel nach einem vereinfachten Genehmigungsverfahren in den Verkehr gebracht werden. Wirksamkeit und Unbedenklichkeit müssen bei der Registrierung nicht nachgewiesen werden. Allerdings dürfen auch keine Indikationen angegeben werden.

Die 12 Schüßler-Salze „Funktionsmittel“

1. Calcium fluoratum D12 (Calciumfluorid) Das „Salz des Bindegewebes“ ist hilfreich für Knochen, Haut und Blutgefäße. Verhärtetes Gewebe kann entspannt werden, die Haut bleibt elastisch, das Bindegewebe wird gestärkt. Calciumfluorid kommt im Körper in den Knochen, Haut, Sehnen, Bändern, Gefäßen und Zahnschmelz vor. Die Kombination aus Fluor und Kalzium bildet das Gerüst unserer Knochen und unserer Zähne. Calcium fluoratum schützt vor Karies und Knochenschwund, festigt Bänder und Sehnen, glättet faltige schlaffe Haut. Hartnäckige lästige Schwangerschaftsstreifen können positiv beeinflusst werden, ebenso Schuppenflechte, Haut- und Nagelpilzkrankungen, wucherndes Narbengewebe, Hornhaut und rissige Haut. Zu beachten ist, dass das Schüßler-Salz Nr. 1 eine gewisse Anlaufzeit benötigt, ehe es wirkt, daher sollte man es über einen längeren Zeitraum einnehmen.

Antlitzmerkmale:

- erschlaffte Haut im Gesicht oder am Bauch
- Wirbelsäulenfehlstellung
- Warzen
- starke Hornhautbildung
- Spreiz- oder Senkfuß
- Krampfadern
- Hämorrhoiden
- rissige, harte Haut, Schwangerschaftsstreifen

Konstitutionstyp:

- lustloser, ängstlicher, depressiver Typus
- Bänder- und Sehnenprobleme sind häufig
- Neigung zu Sportverletzungen oder körperlichen Problemen durch Belastung
- Gelenkschmerzen
- Probleme mit den Zähnen
- schwaches Bindegewebe
- glänzende Haut

- Schuppen im Gesicht
- rissige Lippen, Mundwinkel, Finger und Hände

Passender Heilstein: Fluorit. Wird bei Beschwerden der Sehnen und der Knochen eingesetzt, hilft bei Verhärtungen. Stellt einen Zugang zum Unterbewusstsein her, stabilisiert und stärkt die Seele und das Selbstvertrauen.



Passendes Sternzeichen: Krebs. Hat häufig Bauchprobleme, Schwachstelle ist der Magen. Psychisch nicht der Stabilste.

2. Calcium phosphoricum D6 (Calciumphosphat) Dieses Mineralsalz kommt am häufigsten im Körper vor und sorgt für eine gute, feste Struktur der Knochen, gesunde Zähne, starke Nerven und Wohlbefinden. Das „Aufbausalz“ wird bei hoher Infektanfälligkeit eingesetzt, zur Regeneration nach langen Krankheiten, wenn es darum geht, wieder Kraft zu tanken. Ebenso kommt es bei Allergien und Ekzemen zum Einsatz, innerlich als auch äußerlich (Salbe). Calcium phosphoricum existiert in natürlicher Form in unseren Knochen, Muskeln, Gefäßen, Nerven, im Gehirn und in der Leber und gilt als DAS Schüßler-Salz bei Erkrankungen der Lymphgefäße, da es den Lymphfluss fördert und die Funktion der Lymphknoten unterstützt. Besonders für Kinder ist es hervorragend geeignet, zum Aufbau der Zähne, während der Pubertät und bei Hyperaktivität.

Antlitzmerkmale:

- Wachsgesicht
- der Betroffene fühlt sich schwach und matt
- Wirbelsäulenbeschwerden
- auffällig weiße Nase und Ohrmuscheln

Konstitutionstyp:

- Schwierigkeiten mit Heilung der Schleimhäute und der Organe
- überlange Regenerationsphasen nach Krankheiten
- häufig Nasenpolypen
- schlechtes Gehör
- schwache, brüchige Knochen
- auffällig helles Zahnfleisch
- schreckhafter, ängstlicher Typus

Passender Heilstein: Apatit. Der besonders mineralstoffhaltige Stein wird bei Sehnen-

und Knochenproblemen, bei Haltungs- und Gelenkschäden eingesetzt. Psychisch unterstützt er bei Erschöpfung und Kummer, hilft, Kontakte herzustellen.

Passendes Sternzeichen: Steinbock. Hat Probleme mit Haut, Knochen, Bauchspeicheldrüse und Niere.

3. Ferrum phosphoricum D12 (Eisenphosphat) Erste Hilfe bei akuten Entzündungsvorgängen, z. B. frischen Verletzungen, in der ersten Phase von Infektionskrankheiten oder Entzündungen der inneren Organe. Charakteristisch für Ferrum phosphoricum ist ein rascher Beginn, eine Röte, Schwellung und Schmerzhaftigkeit. Das Schüßler-Salz Nr. 3 ist in der Lage, Blut wieder neu zu bilden. Die für Ferrum phosphoricum typischen Beschwerden sind meistens akut und häufig ernsthafter Natur, daher ist es angeraten, den Arzt zu konsultieren, wenn die gesundheitlichen Probleme schwerwiegend sind oder die Ursachen unbekannt. Bei leichten Sportverletzungen wird Ferrum phosphoricum gerne als Salbe eingesetzt. Eisen ist eines der wichtigsten Spurenelemente unseres Körpers, es stellt einen Baustein verschiedenster Eiweißanteile im Körper dar. Ferrum phosphoricum unterstützt den Sauerstofftransport durch das Blut in unseren Körper, bildet neue rote Blutkörperchen, stärkt die gesunde Atmung und ist für die Festigkeit und Elastizität von Haaren und Fingernägeln mitverantwortlich, auch für den Aufbau der Knochen, Gelenke, Sehnen, Haut, Blutgefäße und Haare. Wenn über die Nahrung zu wenig Eisen eingenommen wird, entsteht ein Eisenmangel im Körper, der erhöhte Infektanfälligkeit und verminderte Leistungsfähigkeit nach sich ziehen kann. Das im Ferrum phosphoricum enthaltene Phosphat unterstützt die Energiegewinnung in den Zellen, hilft, den benötigten Sauerstoff aufzunehmen und stellt so die Energie in den Muskeln bereit. Phosphate stimulieren den Nervenstoffwechsel und erhöhen die Impulsübertragung von den Nerven zu den Muskeln. Ferrum phosphoricum wirkt schmerzstillend.

Antlitzmerkmale:

- Ferrum-Schatten
- Rötung an Ohren, Wangen und Stirn
- welke Haut
- struppige, trockene Haare
- gerillte Fingernägel

Konstitutionstyp:

- oftmals entzündete Organe, Bänder und Sehnen
- leidet häufig unter Erkältungen

- schwaches Immunsystem
- leidet an Schmerzen, die sich durch Bewegung verstärken
- schnell erschöpft, sehr empfindlich, überaus nervös

Passender Heilstein: Hämatit. Wird bei Blutungen und Entzündungen eingesetzt und unterstützt die Sauerstoffaufnahme in den roten Blutkörperchen. Puscht Vitalität, Kraft und den Willen.

Passendes Sternzeichen: Fische. Hat Probleme mit den Nerven, Verdauungsorganen und Füßen.

4. Kalium chloratum D6 (Kaliumchlorid) Das optimale Schüßler-Salz, wenn Entzündungen bereits ins zweite Stadium eingetreten sind und dann, z. B. als Schnupfen oder Husten-Auswurf, weißlichen, zähen Schleim absondern. Kalium chloratum gleicht Irritationen der Haut und der Schleimhäute aus und löst diese weißlichen Ablagerungen auf. Es gilt als DAS Hauptmittel bei Infekten, dient der Stärkung von Haut und Schleimhäuten, hilft gegen Heißhunger oder bei unerwünschten Impffolgen. Auch als Salbe gut einsetzbar, besonders bei Besenreiser und Couperose. Die Verdauung von Milchprodukten und das Verkräften starker elektromagnetischer Strahlung erhöhen den Bedarf an Kalium chloratum. Generell wird Kaliumchlorid für viele unterschiedliche Zwecke eingesetzt: in der Medizin für physiologische Lösungen, in der Küche als Geschmacksverstärker, in der Landwirtschaft als Dünger, im Winter als Streusalz, zur Abtreibung und sogar als Mordgift. Therapeutisch wirkt das Schüßler-Salz Nr. 4 regulierend auf die Ausscheidung von Wasser, es ist für die Funktion von Nerven und Muskeln zuständig, unterstützt den Eiweiß- und Kohlenhydratstoffwechsel, steuert die Verdauungsorgane mit und beeinflusst den Herzrhythmus. Bildet der Körper Faserstoff an den Schleimhäuten oder auf der Haut, sollte man generell Kalium chloratum einsetzen, das es in verschiedenen Potenzen (D3, D6, D12) und unterschiedlichen Präparatformen, u. a. Tabletten, Salbe, Gel, Creme oder Lotion, gibt.

Antlitzmerkmale:

- milchiges, leicht bläuliches Gesicht
- Augenbrille
- fadenziehender Speichel
- geschwollene Lymphknoten
- mehliges Hautschuppen
- weiß belegte Zunge

Konstitutionstyp:

- leidet unter Nässe und Kälte

- sehr entzündungsanfällig
- hat oft Probleme mit dem Magen
- Frauen haben häufig Menstruationsprobleme
- Wunden heilen schlecht ab
- wirkt nach außen hin verschlossen
- suhlt sich im Selbstmitleid

Passender Heilstein: Sodalith. Gegen Erkältungen, reguliert die Ausscheidungen der Nieren und den Stoffaustausch. Auf psychischer Ebene stärkt er das Selbstbewusstsein und den Blick auf die eigenen Gefühle, Stärken und Schwächen.



Passendes Sternzeichen: Zwillinge. Hat häufig Probleme mit Lunge, Armen, Händen, Schultern und Wirbelsäule. Leidet oft unter Heiserkeit, Husten und entzündetem Rachen.

5. Kalium phosphoricum D6 (Kaliumphosphat) DAS Schüßler-Salz bei Nerven- und Muskelproblemen, findet Einsatz bei Nervosität, Melancholie und Schlafbeschwerden, gibt innere Ruhe und Kraft, ist Energiequelle für Körper, Geist und Seele. Hilft Schülern, ihre Lernlust wiederzufinden und hat eine gute Erfolgsquote bei Behandlung von Gedächtnisstörungen. Probleme vieler Organe können, wenn sie nervlich bedingt sind, durch Kalium phosphoricum gelindert werden, z. B. auch nervöse Herzbeschwerden. Wenn es zu übelriechenden, fauligen Ausscheidungen kommt, kann das Präparat als Salbe zum Einsatz kommen, ebenso bei schlecht heilenden Wunden, Geschwüren sowie bei durch Überlastung entstandenen Problemen des

Bewegungsapparates. Kalium phosphoricum versorgt die Zellen mit Energie und ist an deren Verbrennung beteiligt. Geschieht das nur ungenügend, entstehen Nerven- oder Muskelschwächen, was depressive Verstimmungen, Gedächtnis- und Konzentrationsschwächen nach sich zieht. Oft wird das Schüßler-Salz Nr. 5 unterstützend während einer nervenärztlichen oder psychotherapeutischen Therapie eingesetzt.

Antlitzmerkmale:

- gräulich-ashige Verfärbung des Gesichtes
- die unteren Augenlider sind farblos und blass
- eingefallene Schläfen
- Mundgeruch, Mundtrockenheit, Zahnfleischbluten
- abwesender Gesichtsausdruck

Konstitutionstyp:

- schnell erschöpft nach körperlicher oder geistiger Anstrengung
- hat häufig Beschwerden im Darmbereich
- lichtscheu nach starker körperlicher Arbeit
- kreisrunder Haarausfall
- hat häufig Schlafstörungen, Depressionen, Hysterieanfälle
- leidet unter Heimweh, Kummer, Sorgen und Platzangst

Passender Heilstein: Amazonit. Hilft bei Kummer, unterstützt das vegetative Nervensystem und die Funktion der inneren Organe.

Passendes Sternzeichen: Widder. Sie haben typische Beschwerden im oder am Kopf. Betroffen sind Gesicht, Ohren, Augen und Gehirn.

6. Kalium sulfuricum D6 (Kaliumsulfat) Mittel für das dritte Entzündungsstadium, wenn es zu gelblichen, eitrigen Absonderungen kommt und die Entzündung droht, chronisch zu werden. Typisches Kennzeichen ist das Abschuppen der Haut. Das Schüßler-

Salz Nr. 6 kann den unangenehmen Juckreiz erheblich mindern, räumt auf und entgiftet. Mehr Sauerstoff gelangt ins Entzündungsgebiet, Zellbildung und Genesungsprozess werden vorangetrieben. Kalium sulfuricum hilft bei defekten Gelenken oder gestörtem Wachstum der Haare, Finger- und Zehennägel. Es lässt sich äußerlich als Salbe auftragen, z. B. bei Nebenhöhlenentzündungen auf die betroffenen Gesichtspartien (Stirn, Wangen, unter den Augen etc.), ebenso als Gel (Nasengel).

Antlitzmerkmale:

- gelblich-bräunliches Gesicht
- Altersflecken im Gesicht und auf den Händen
- gelb und schleimig belegte Zunge
- klebende Kopfschuppen

Konstitutionstyp:

- Krankheiten heilen langsam und werden oft chronisch
- schuppige Haut
- kälteempfindlich
- hat häufig Depressionen, ist ständig erschöpft

Passender Heilstein: Bernstein. Hilft bei Magen-, Darm-, Leber- und Gallebeschwerden, Hauterkrankungen und Gelenkproblemen. Stärkt das Selbstvertrauen, schenkt Glück, vertreibt Sorgen.

Passendes Sternzeichen: Jungfrau. Die typischen Beschwerden liegen im Verdauungssystem, besonders anfällig sind Galle, Leber und Milz.

Fortsetzung im nächsten Magazin!



Abbas Schirmohammadi
Heilpraktiker für Psychotherapie, Entspannungstrainer und Personal-Coach

abbas.schirmohammadi@t-online.de