

Apothekerin Margareta Asam

Grundlagen der Biochemie nach Dr. Schüßler

Wilhelm Heinrich Schüßler wurde im Jahr 1821 in Zwischenahn geboren, kam mit zehn Jahren nach Oldenburg, wo er weiter nach seinem Studium bis zum Tod nach einem Schlaganfall 1898 lebte. Er interessierte sich schon früh für die Homöopathie. Sein älterer Bruder, der ihn finanziell unterstützen wollte, riet ihm, ein Medizinstudium zu absolvieren und später als homöopathischer Arzt zu arbeiten.

Schüßler begann im Jahr 1852 seine Ausbildung in Paris, dessen medizinische Fakultät zu dieser Zeit einen besonders guten Ruf hatte. Danach setzte er seine Studien in Berlin und Gießen fort. An der Gießener Universität promovierte er 1855 zum Doktor der Medizin. Dann ging er nach Prag, wo er sein Wissen in Homöopathie erweitern konnte (1-S.72). Trotz der verschlungenen Wege, die er in seiner Ausbildung gegangen ist, wurde aus Dr. Schüßler ein guter und erfolgreicher homöopathischer Arzt und Entwickler einer bis heute beliebten naturheilkundlichen Therapie: Der „Biochemischen Heilweise“, einer Therapie mit anorganischen Mineralstoffen.

Am 2. Januar 1858, nach einer umfangreichen Examinierung durch das Collegium medicum der Stadt Oldenburg, erhielt er die Konzession zur Niederlassung und arbeitete dort in seiner Praxis sehr erfolgreich bis zum Lebensende. Zunächst praktizierte er 15 Jahre als homöopathischer Arzt. Lange vor der ersten Veröffentlichung seiner Forschungen 1873 in der „Allgemeinen homöopathischen Zeitung“ hat Dr. Schüßler 1862 mit der Überlegung: „*Welches ist die Substanz, durch deren Mangel oder Verminderung die Krankheit veranlasst oder erhalten wird?*“ eine neue Auffassung vom Wesen der Krankheit und damit der Therapie gezeigt. (2-S.3). Dies führte fast zwingend zu einer Neuorientierung und damit in Gegensatz zur homöopathischen Lehre Samuel Hahnemann's.

1874 veröffentlichte er die erste Auflage seines zentralen Werkes „*Eine abgekürzte Therapie*“, in Form einer Broschüre, die ganze 16 Seiten umfasste. Er selbst konnte noch die 25. Auflage redigieren. Angewachsen auf 60 – 70 Seiten erschien das Büchlein mit wechselnden Untertiteln bis 1933 in 57 Auflagen, sowie in zahlreichen Nachdrucken und Übersetzungen (3). 1878 schreibt er: „*Ich habe alles, durch Theorie und Praxis über die Molekularwirkung der genannten 12 Salze von mir ermittelte, in ein System gebracht, und meiner Heilmethode den Namen „Biochemie“ gegeben. Die Biochemie ist mit der Homöopathie nicht identisch. Etwas weiter: Mein Heilverfahren ist aber kein homöopathisches, denn es gründet sich nicht auf das Ähnlichkeitsprinzip, sondern auf die physiologisch-biochemischen Vorgänge, welche sich im menschlichen Organismus vollziehen.*“ (5-S.111)

Die Mineralstoffe des Lebens

Drei Wissenschaftler haben Schüßler bei seinen Forschungen maßgeblich beeinflusst: Der Niederländer Jakob Moleschott (1822 – 1893), Rudolf Virchow (1821 – 1902) und Justus von Liebig (1803 – 1873).

(1-S.73 ff). Moleschott lehrte physiologische Chemie in Zürich, Turin und Rom und stellte die Gesamtheit aller biochemischen Vorgänge in der Zelle, mit ihren möglichen Zwischenstufen in den Mittelpunkt seiner Arbeiten. In seinem 1852 erstmalig erschienenen Buch „*Kreislauf des Lebens*“ erläuterte er die Bedeutung der Mineralstoffe im Stoffwechsel.

„*Der Bau und die Lebensfähigkeit der Organe sind durch die notwendigen Mengen der anorganischen Bestandteile bedingt. (...) Es lässt sich angesichts der eingreifenden Tatsachen nicht mehr bestreiten, dass Stoffe, die bei der Verbrennung zurückbleiben, die sogenannten Aschenbestandteile, zu der inneren Zusammensetzung und damit zu der formgebenden und artbedingten Grundlage der Gewebe ebenso wesentlich gehören, wie die Stoffe, welche bei der Verbrennung verflüchtigen.*“ (4-S.52ff)

Zu diesen Worten bekennt sich Schüßler ausdrücklich im Jahr 1879: „*Obige Worte haben vor reichlich 6 Jahren in mir die Idee erregt, die betreffenden anorganischen Salze – und nur diese – zu Heilzwecken zu verwenden.*“

Rudolf Virchow, der seit 1856 in Berlin tätig war, war ein prominenter Vertreter der aufkommenden naturwissenschaftlichen Medizin. Er hat mit seinem 1858 erschienenen Werk von der „*Cellularpathologie*“ großen Einfluss auf Schüßler gehabt. Virchow vermutete die Ursachen der Erkrankungen in Funktionsstörungen der Zellen, die auf einer veränderten Tätigkeit bzw. Beschaffenheit der Zellen beruhen. Justus von Liebig lehrte in Gießen und München. Bereits 1840 publiziert er sein grundlegendes Werk über „*Agrikulturchemie*“. Seine Forschungen auf dem Gebiet der Pflanzen und Tiere beeinflussten Schüßler wesentlich. Liebig's „*Minimumgesetz*“ hat er auf den menschlichen Organismus übertragen. Es besagt, dass sich das Wachstum einer Pflanze immer nach jenem Stoff richten muss, an dem der größte Mangel besteht. Wird genau dieser Stoff als Dünger zugeführt, können die Pflanzen ihr volles Wachstum entfalten. Berücksichtigt die Düngung diesen Mineralstoff nicht, gibt es trotz aller zugeführten Düngestoffe nur ein kümmerliches Wachstum. „*(...) Danach ist meine Therapie ein Analogon der Agriculturnchemie. So, wie man (...) kränkelnde Pflanzen durch Begießen mit einer Lösung des ihnen entsprechenden Salzes zum Gedeihen bringen kann, so cureire ich die erkrankten animalischen Gewebe mittels Verabreichung von Molekülen eines anorganischen Salzes, welches demjenigen homogen*



ist, durch dessen Funktionsstörung die betreffende Krankheit bedingt ist.“ (5-S.88)

Verständnis von Krankheit und Gesundheit

Nicht nur der rasante Erkenntnisgewinn in der physiologischen Chemie, sondern auch die Entwicklung immer leistungsfähigerer Mikroskope ermöglichte zur damaligen Zeit die Erforschung kleiner und kleinster Teile unseres Körpers.

3 Sätze machte Schüßler zu Leitsätzen seiner Therapie:

„Die Krankheit des Körpers ist gleich der Krankheit der Zelle“ (Virchow)

„Die Krankheit der Zelle entsteht durch Verlust an anorganischen Salzen“ (Moleschott)

Er selbst hat auf diese Problematik mit dem grundlegenden Satz geantwortet:

„Dann muss die Gesundheit der Zelle und damit des Körpers wiederhergestellt werden können durch Deckung des Verlustes.“

Desweiteren beachtete er die Problematik der Aufnahmefähigkeit der Zelle für Mineralstoffe folgendermaßen:

„Um Schaden zu verhüten und um die Mittel aufnahmefähig für die Zelle zu machen, müssen dieselben (Mineralstoffe) verdünnt werden.“

Hier zeigt sich, dass Schüßler bekannt war, dass sich der Mineralstoffwechsel im molekularen Bereich abspielt und dass die Stoffe durch kleinste Öffnungen in der Zellmembran aus dem Extrazellulärraum einströmen. Therapeutisch orientierte er sich also an zeitgenössischen Erkenntnissen zur Funktion der Mineralien im Organismus und versuchte pathologische Mangelzustände (Defizite) auszugleichen (6). Er verwies dabei auf den geringen Gehalt der Mineralien im Blut, der etwa der D2 – D5 entspricht, in den Zellen der D12 (7-S.10-11). Sein Ziel war, durch Zufuhr ungefähr gleich niedrig dosierter Lösungen die Zelle in die Lage zu versetzen, sich optimal zu organisieren.

Mittelfindung nach Schüßler

In der ersten Auflage 1874 seiner „Abgekürzten Heilweise“ schreibt er: „Die Grundlage meiner Forschung waren Histologie, die darauf bezügliche Chemie, die anorganischen Bestandteile der Gewebe und die physiologischen Wirkungen oder Functionen dieser Bestandteile.“ „(...) Die Gebiete der anorganischen Funktionsmittel sind von mir auf parallelen Wegen der Theorie und Praxis gefunden worden.“ (7-S.3)

Auf Grund seiner Forschungen stellte er jene 12 anorganischen Substanzen zusammen, welche im „animalischen Organismus“ enthalten sind. Calcarea sulphurica (heute Nr. 12) hat er trotz erfolgreichen Einsatzes wieder entfernt, da bezweifelt wurde, ob es zum ständigen Bestand des Körpers gehört. Schüßler war in der Auswahl seiner Funktionsmittel sehr vorsichtig, um zu vermeiden, dass unsichere und schlecht geprüfte Mittel Einzug in seine Reihe hielten. (10-S.62)

Schüßler selbst hatte eine durchaus offene Einstellung gegenüber Veränderungen seiner Heilweise: „Die Biochemie ist noch nicht perfect, aber sie ist perfectibel und wird mit der Zeit perfect werden. Wenn Ärzte, die auf den Gebieten der physiologischen Chemie und pathologischen Anatomie sich gründliche Kenntnisse erworben haben, mir beim Ausbau meines Werkes behilflich sein wollten, so würden ihre Beiträge mir sehr willkommen sein.“ (1-S.75)

Mit den modernen Analysemethoden unserer Zeit, hätte er sicher das Calcium sulfuricum erneut eingefügt. Durch seine reinigende Wirkung auf das kolloidale Bindegewebe gehört es heute mit zu den wichtigsten Mitteln im Bereich der Entgiftung. Leider verwenden es viele Therapeuten nach wie vor nicht. Ebenso dürfen wir aus dem Zitat schließen, dass Schüßler seine Reihe auf Grund neuer Erkenntnisse ebenfalls moderat erweitert hätte.

So können wir heute erfolgreich mit 12 Basismitteln und 15 Erweiterungsmitteln (Nr. 13 – 27) arbeiten.

Mineralstoff Nr. 01:	Calcium fluoratum D12
Mineralstoff Nr. 02:	Calcium phosphoricum D6
Mineralstoff Nr. 03:	Ferrum phosphoricum D12
Mineralstoff Nr. 04:	Kalium chloratum D6
Mineralstoff Nr. 05:	Kalium phosphoricum D6
Mineralstoff Nr. 06:	Kalium sulfuricum D6
Mineralstoff Nr. 07:	Magnesium phosphoricum D6
Mineralstoff Nr. 08:	Natrium chloratum D6
Mineralstoff Nr. 09:	Natrium phosphoricum D6
Mineralstoff Nr. 10:	Natrium sulfuricum D6
Mineralstoff Nr. 11:	Silicea D12
Mineralstoff Nr. 12:	Calcium sulfuricum D6
Mineralstoff Nr. 13:	Kalium arsenicosum D12
Mineralstoff Nr. 14:	Kalium bromatum D12
Mineralstoff Nr. 15:	Kalium iodatum D12
Mineralstoff Nr. 16:	Lithium chloratum D12
Mineralstoff Nr. 17:	Manganum sulfuricum D12
Mineralstoff Nr. 18:	Calcium sulfuratatum D12
Mineralstoff Nr. 19:	Cuprum arsenicosum D12
Mineralstoff Nr. 20:	Kalium Aluminium sulfuricum D12
Mineralstoff Nr. 21:	Zincum chloratum D12
Mineralstoff Nr. 22:	Calcium carbonicum D12
Mineralstoff Nr. 23:	Natrium bicarbonicum D12
Mineralstoff Nr. 24:	Arsenum iodatum D12
Mineralstoff Nr. 25:	Aurum chloratum natronatum D12
Mineralstoff Nr. 26:	Selenium D12
Mineralstoff Nr. 27:	Kalium bichromicum D12

Die Zubereitung der Mineralstoffe durch Dr. Schüßler

Schüßler wusste genau, wie bedeutungsvoll die Zubereitung der Mineralstoffe ist. Er griff deshalb auf sein Wissen als homöopathischer Arzt zurück und potenzierte seine Mittel. Dabei stand nicht mehr der homöopathische Gedanke der Informationsübertragung auf das Trägermedium im Raum, sondern die stoffliche „Verdünnung“. Durch die Verreibung mit Milchzucker werden die Substanzteilchen immer kleiner – mit Sicherheit nicht „molekular“, wie manchmal behauptet wird. Sie werden jedoch nach heutigem Sprachgebrauch, besser bio-

verfügbar. Schüßler geht davon aus, dass die Substanz durch die feine Verteilung, wenn man sie im Mund zergehen lässt, sofort über die Mundschleimhaut aufgenommen wird, über die Kapillaren direkt ins Blut und in das extrazelluläre Bindegewebe geht und so den Zellen schnellstmöglich zur Verfügung steht.

„In meiner Praxis wende ich durchschnittlich die 6. Dezimalverreibung an. Ferrum phosphoricum, Silicea und Fluorcalcium verabreiche ich in der 12. Verreibung“ (9-S.12). Für Schüßler war die Verwendung verschiedener Potenzen selbstverständlich, er benutzte auch häufig die D3 und D4. Tatsächlich lässt er große Freiheit in der Potenzwahl. Wenn wir aber bedenken, dass die Mehrzahl der Anwender und Berater über die Jahrzehnte hinweg Laien mit nicht so qualifiziertem Wissen über physiologische Zusammenhänge waren, empfiehlt es sich, die Potenzen zu verwenden, die Schüßler allgemein empfohlen hat.

Insbesondere bei den Erweiterungsmitteln empfehle ich dringend nur die D12 zu verwenden. Da deren Grundsubstanzen größtenteils belastend bzw. sogar giftig für unseren Organismus sind, könnte es in einer niedrigeren Potenz bei sensiblen Menschen durchaus zu leichten Vergiftungserscheinungen kommen. Bedenken Sie, dass eine Tablette D6 ebenso viel Wirkstoff enthält wie eine Million Tabletten D12! In einer Tablette D3 haben wir noch genauso viel Wirkstoff wie in 1000 Tabletten D6! Das hat natürlich Bedeutung für die Dosierung. Dies wird bei vielen Autoren nicht beachtet. Selbst wenn wir 10 Tabletten in D12 geben, ist das ein winziger Bruchteil dessen, was in einer Tablette D6 steckt!

In den Schriften Schüßlers und später Kurt Hickethier's und anderer Autoren findet sich immer wieder der Hinweis, nicht in tiefere Potenzen auszuweichen, sondern lieber die höhere Potenz öfter und in kürzeren Abständen zu verwenden (11-S.50). Dahinter steckt der Gedanke, dem Körper nicht zu viele Moleküle auf einmal anzubieten. Denn es war auch bekannt, dass die Zellen sich vor zu großen Men-

gen eines Stoffes verschließen und die nötige Aufnahme ins Zellinnere unnötig erschwert wird. Wie es allerdings die „verdünnten Funktionsmittel“ schaffen, an vorhandenen hohen Konzentrationen des gleichen Stoffes im Extrazellulärraum vorbei ins Zellinnere zu gelangen, gibt auch heute noch Anlass zu Spekulationen. Und dies ist sicher einer der Gründe warum die Biochemie nach Dr. Schüßler nach wie vor im Kreuzfeuer der Kritik steht.

Auseinandersetzung

Es gibt im Körper keinen Vorgang, keine Veränderung, keine Leistung ohne dass Mineralstoffe verbraucht würden. Sie sind die Betriebsstoffe und die Baustoffe, die einen reibungslosen Ablauf der körperlichen Vorgänge und die Form, die Gestalt bzw. den Bau des Körpers gewährleisten. Schüßler bezeichnet die Betriebsstoffe als Funktionsmittel. Sind sie nicht mehr ausreichend vorhanden, ist der Organismus gezwungen, seinen Betrieb auf Sparflamme zu setzen. (5-S.72ff). Wenn die Speicher abnehmen, wird das Leben enger: Man verträgt manches Essen und Trinken nicht mehr, Leistungs- und Bewegungsfähigkeit nehmen ab, der Betrieb wird eingeschränkt. Die Absenkung der Organisationsfähigkeit des Körpers führt zuerst langsam und fast unbemerkt, dann immer schneller zu chronischen Beschwerden in Organen, Geweben, Knochen. Solche Störungen bezeichnen wir gewohnheitsmäßig als Krankheiten.

Jedem der 27 Schüßler-Salze sind im Gefolge eines Defizits **charakteristische Betriebsstörungen** zugeordnet. Es gibt für jeden dieser Stoffe spezielle Speicher aus denen sich der Organismus versorgt und organisiert. So leidet bei einem Mangel an Nr. 1 Calcium fluoratum, der Keratinhaushalt. Der Betroffene bekommt immer dickere Hornhaut an den Füßen oder rissige Lippen und Schrunden. Ein Mangel an Nr. 11 Silicea führt zu Problemen mit Haut, Haaren und Nägeln oder zu brüchigem Bindegewebe, das wir z.B. bei Falten oder Schwangerschaftsstreifen sehen. Die Betriebsstoffe und bisweilen auch die Baustoffe müssen lange genug aufgefüllt werden.



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

Tabelle: Bedürfnisse oder Ablehnung

Darüber hinaus kann es aber auch zu einer Symptomatik kommen, die wir als **Notregulation** bezeichnen. Dies ist etwa bei akuten Belastungen der Fall. Ein übermäßiger Bedarf greift die Reserven im Körper innerhalb kürzester Zeit stark an.

Natrium chloratum z.B. bindet in den Schleimhäuten den Schleimstoff Muzin. Der Organismus verbraucht winters wie sommers zur Temperaturregulation NaCl-Moleküle und greift bei einem Mangel auf die Schleimhäute zurück. Dadurch verliert der glasklare Schleim seinen Halt und rinnt als Fließschnupfen aus der Nase. Versorgen wir jetzt den Organismus mit einer hohen Akutdosierung von Nr. 8, kann der Körper seine Notregulation einstellen. Der Schnupfen klingt ab.

Schauen wir uns die Nr. 3 Ferrum phosphoricum an: Das Eisen dient dem Transport vieler Stoffe in unserem Körper, ist also für die Transportqualität unseres Blutes zuständig. Bei einer beginnenden Erkältung benötigt der Organismus viele Abwehrstoffe und hat eine erhöhte Stoffwechselanforderung. Ist infolge eines Eisenmangels die Transportqualität des Blutes zu gering, muss er zu einer Notmaßnahme greifen. Er erhöht die Betriebstemperatur, wodurch der Stoffwechsel beschleunigt wird und die benötigten Stoffe transportiert werden können. Diese erhöhte Temperatur liegt zwischen 37° und 38,8°, dem sog. „niederen Fieber“. Stellen wir dem Organismus Ferrum phosphoricum D12 in schneller Abfolge zur Verfügung, können die erforderlichen Transporte durchgeführt werden und die Notwendigkeit erhöhter Betriebstemperatur wird aufgehoben. Das Fieber sinkt. Dies sind nur wenige Beispiele für die Wirkungsweise der Mineralstoffe. Ausführliche Beschreibungen dazu findet man z.B. im „Handbuch der Biochemie“ von Th. Feichtinger et al. (5-S. 121ff).

Wie entstehen Mängel?

Die folgende Übersicht, ohne Anspruch auf Vollständigkeit, zeigt Ihnen die gravierendsten Ursachen für Mineralstoffmängel:

- *Der Mangel an Mineralstoffen beginnt schon im Mutterleib. Wovon die Mutter nicht viel hat, kann sie auch dem Kind nicht viel geben.*
- *Eine häufige Ursache liegt auch in mangelhafter und einseitiger Ernährung.*
- *Eine weitere Ursache kann in einer belasteten energetischen Umwelt gefunden werden, besonders am Schlafplatz (Erdstrahlen, Elektrosmog, Strahlen von Spiegeln)*
- *Eine ganz besondere Belastung des Mineralstoffhaushaltes liegt in der permanenten schleichenden Schadstoffbelastung des Menschen, was sich in der Zunahme von allergischen Reaktionen niederschlägt.*

- *Der Mineralstoffhaushalt hängt auch mit der seelischen Ebene zusammen. Stress geplagte Menschen erleiden immer einen vermehrten Mineralstoff- und Nährstoffverlust. Aber auch schon Kinder, die von zu Hause zu viel Druck erleben und mit diesem kaum zu Rande kommen, wenn schulische Höchstleistungen verlangt werden, haben erhebliche Mineralstoffmängel.*
- *Mineralstoffmängel entstehen auch bei extremer körperlicher Betätigung, Schwerstarbeit, Sport, Bergsteigen usw. In diesen Fällen ist aber auch der Mangel außerhalb der Zellen zu beachten, der durch die Mineralstoffe nach Dr. Schüßler nicht aufgefüllt werden kann.*
- *Die Generation der 70 bis 90 Jährigen stellt eine bedeutende Bevölkerungsschicht dar, für welche die Mineralstoffspeicher wesentlich länger reichen müssen als früher.*
- *Dr. Bruker: „Alt werden heute ist nicht schwer, aber **WIE** alt werden, das ist die Frage!“*

Und nach Jahren, oft Jahrzehnten stellt der Arzt „plötzlich“ Diabetes, Rheuma oder eine Osteoporose fest. Mit dazu beigetragen hat die permanente Überlastung unserer Hauptausscheidungsorgane Nieren und Leber. Das „Zuviel“ aus Säuren wird hauptsächlich im Bindegewebe abgelagert. Für Schad- und Abfallstoffe dienen schlussendlich sogar die Zellen selbst als Deponien und damit ist der Weg für nachhaltige Störungen offen.

Dosierung und Einnahme der Mineralstoffe

Wurden nun mit Hilfe einer Antlitzanalyse (12) oder aufgrund von Betriebsstörungen oder Notregulationen (Symptome) die benötigten Mineralstoffe gefunden, geht es darum, eine Einnahmeempfehlung zu erstellen. Auch die Feststellung bestimmter Abneigungen, Vorlieben („Süchte“) bei der Nahrungsaufnahme (siehe Tabelle) leiten uns. Gibt man die „Werkzeuge“ für Fe/Ca/Silicea, kann der Körper wieder damit umgehen.

Anwendung

Beschäftigt man sich mit der einschlägigen Literatur, stellt man sehr schnell fest, dass es viele unterschiedliche Auffassungen bezüglich der Art der Anwendung biochemischer Mittel gibt, insbesondere was die Häufigkeit der Gaben und die Zahl der verordneten Mittel angeht (13).

Es gibt die Gruppe der „homöopathisch“ arbeitenden Biochemiker, die homöopathische Regeln an die biochemische Ordnungsweise herantragen und andere, wie Hickethier (Begründer der Antlitzdiagnose), der die wirkliche materielle Versorgung der Zelle („Befriedigungsheilweise“) sah. Dieser Ansatz wurde von Thomas Feichtinger

weiterverfolgt. Er stellte Beobachtungen über den Zusammenhang von grob-stofflicher und ionisierter Mineralstoffversorgung an und entwickelte die Antlitzdiagnose zur Antlitzanalyse weiter (13). Das im „Handbuch der Biochemie“ (5-S.121) beschriebene Modell über den „Mikro- und Makrobereich der Mineralstoffe“ ist eine große Bereicherung für die Biochemie nach Dr. Schüßler, weil es sich in der Praxis sehr bewährt hat und viele Missverständnisse klären hilft (13).

Die vielfältigen Angaben, wie viele verschiedene Mittel man am Tag, oder gleichzeitig einnehmen darf, entstehen aus dem Antagonisten-Denken der Homöopathie oder den theoretischen Erkenntnissen der modernen Chemie, die aber hauptsächlich die mengenmäßigen Anteile der Mineralsalze im Blut betrachtet. Nach Schüßler können homogene Stoffe, die sich im ständigen Bestand des Körpers befinden und in verschiedensten Stoffwechselbereichen miteinander reagieren, ständig ein physiologisches Gleichgewicht aufbauen und in stark „verdünnter“ Form gegeben werden, keine Gegenspieler sein oder Wechselwirkungen erzeugen.

Eine Streitfrage stellt auch Schüßlers Forderung nach „kleinen Gaben“ dar. Hier bringt erst die saubere Unterscheidung zwischen „Funktionsmitteln“, die fast molekular verabreicht werden müssen und „Baustoffen“ wirkliche Klarheit. „Die (...) genannten Stoffe sind die Baumaterialien und die Funktionsmittel der Gewebe. (...) Wendet man sie zu Heilzwecken als Funktionsmittel an, so müssen sie in kleinen Gaben gereicht werden.“ (7-S.4). Darunter verstehen viele die Anzahl der pro Tag verabreichten Tabletten, während es Schüßler auf die Verdünnung ankam. Immer wieder berichten erfahrene Berater, Heilpraktiker und sogar Ärzte, dass manchmal gerade umfangreiche Zusammenstellungen und hohe Dosierungen der Schüßler-Salze den Durchbruch brachten (13-S.102)

Dosierung

Ohne Möglichkeit zu individueller Beratung können Sie sich an die Empfehlungen im Kasten halten:

Der Mangel bestimmt die Dosis

- Prophylaxe: 3 – 5 Tabletten täglich
- Akut: 3 – 5 Minuten 1 Tablette, bis zu 30 Tabletten täglich
- Chronisch: 7 – 10 Tabletten täglich
- In Belastungssituationen: 10 – 30 Tabletten täglich

Einnahme der Mineralstoffe

- Alle Nummern können gemischt werden
- Am besten einzeln oder 2–3 Stück im Mund zergehen lassen
- Je höher der Bedarf, umso schneller zergehen sie und umso süßer schmecken sie
- Auch in Wasser auflösbar, jeden Schluck ca 20 Sekunden im Mund behalten, dann schlucken
- Über den Tag verteilt einnehmen

Für Diabetiker: 48 Tabletten = 1 BE
 1 Tablette = 5 Tropfen = 1 Messerspitze Pulver
 Der Mangel bestimmt die Einnahmedauer

- Bis zum Abklingen der Symptome oder Betriebsstörungen
- Anschließendes Auffüllen der geleerten Speicher
- Aufbau der Substanz kann Wochen, Monate, Jahre dauern

Ein Tipp bei Diabetes oder Lactoseintoleranz: Geben Sie alle Tabletten in ein Glas Wasser und lassen es ohne Umzurühren ca. 20 Minuten stehen. Dann dekantieren Sie das Wasser vorsichtig in ein neues Glas und werfen den Pulversatz aus Milchzucker und Hilfsstoffen

weg. Die Erfahrung zeigt, dass sogar eine Wirkung eintritt, wenn man die Lösung nur lange genug im Mund behält und dann ausspuckt. Auf diese Weise können auch größere Tablettenmengen problemlos eingenommen werden. Achtung: Je wärmer das Wasser, umso mehr Milchzucker löst sich und je kühler das Wasser, umso weniger Milchzucker löst sich. Heißes Wasser verwendet man nur bei der „Heißen 7“.

Reaktionen – Vorgänge im Heilungsprozess

Der Beginn einer Versorgung setzt Prozesse in Gang, die eine Regeneration zur Folge haben. Ähnlich wie ein Raucher der aufhört zu rauchen, Entzugserscheinungen hat, obwohl er etwas Gutes für seine Gesundheit tut, kann es mit der Einnahme von Schüßler-Salzen dazu kommen, dass im Verlauf des Heilungsprozesses Reaktionen auftreten. Sie sind nicht zu verwechseln mit der Erstverschlimmerung, wie sie die Homöopathie kennt.

Vorübergehende Störungen
 Leicht erhöhte Temperatur, Schnupfen, Husten

Regenerationsschmerzen
 Gelenke, Sehnen, Bänder, Muskeln, Knochen, Organe

Abbau von Deponien
 Gefühl alter Krankheiten

Reaktionen auf Säureabbau
 Sodbrennen, Heißhungerattacken, rheumatische Beschwerden, Hautunreinheiten, Pickel, Ekzeme

Reaktionen auf Schadstoffabbau
 Geschwollene Hände und Füße, geschwollene Tränensäcke, Juckreiz, Kopfschmerzen, Verstopfung, Durchfall

Ausscheidungen über die Haut
 Salzig brennend (Nr. 8), sauer-scharf (Nr. 9), juckend-beißend

Aber bitte: Alles kann, nichts muss sein! Außerdem können wir ja über die vorsichtige Dosierung eventuelle Reaktionen beeinflussen und wenn sie sich zeigen, über die richtige Gabe der passenden Mineralstoffe schnellstmöglich lindern.

Beratungstipps

Zum Schluss habe ich Ihnen noch einige Hinweise zusammengestellt, die Ihnen bei der Anwendung der Schüßler Salze behilflich sein können.

Mineralstoffe nach Dr. Schüßler können empfohlen werden...

- Zur Prophylaxe: Krankheitsvorsorge, Gesundheitspflege
- Bei akuten Beschwerden
- Bei chronischen Belastungen
- Therapiebegleitend zur Schulmedizin
- Therapiebegleitend zu Naturheilverfahren

Nicht empfohlen wird die Anwendung bei

- Organtransplantationen/Dialyse (Implantate (Zahn, künstliche Gelenke) sind nicht gefährdet)
- Erkrankungen, die unklarer Ursache sind oder lang anhaltende Beschwerden verursachen (Arztverweis!)



Schlussfolgerung

Biochemie ist eine Disziplin, die heute an jeder Universität gelehrt wird und sich mit dem Stoffwechsel des menschlichen Organismus auseinandersetzt. Zu Schüßlers Zeit hieß dieses Fach „physiologische Chemie“. Er nahm den noch unbesetzten Begriff „Biochemie“ für seine neue Lehre in Anspruch. Die sich rasant weiter entwickelnde moderne naturwissenschaftliche Biochemie und die Biochemie von Schüßler haben ihre gemeinsamen Wurzeln in den Erkenntnissen dieser Zeit.

Schüßler hat aufgrund seines exzellenten Beobachtungstalentes die Wirksamkeit der körpereigenen Mineralstoffe in einer spezifischen Zubereitung beobachtet und daraus seine Schlüsse gezogen. Seine Erklärungsversuche entsprachen dem Wissensstand in der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts. Was er damals erarbeitete, war naturwissenschaftlicher Fortschritt pur. Jetzt, 140 Jahre später, bestätigen dies teilweise neueste Forschungen. Seine Indikationen führen noch heute zu durchaus überzeugenden Heilerfolgen.

So gesehen wird es nicht auf ein bestimmtes Erklärungsmodell ankommen, sondern ob die Mittel in der angegebenen Weise wirken. Schüßler hat als Arzt zum Wohle der Menschen gehandelt und seine Absicht war es, das Leiden der Menschen mit einer einfachen übersichtlichen Heilweise zu lindern (1-S.104). Obwohl sie weder von allopathischen Ärzten, noch Heilpraktikern wirklich akzeptiert wurde, verbreitete sich seine Lehre weltweit und wurde v.a. in Deutschland von Laienorganisationen (Biochemische Vereine) selbst über Kriege und die schwierigen Jahre des Dritten Reichs getragen (6-S.5). Wenn ich sehe, wie gerade in den letzten 10 Jahren viele junge Menschen dieses Erbe übernommen haben, dann ist mir um den Weiterbestand der Biochemie nach Dr. Schüßler auch im 21. Jahrhundert nicht bang.

Danksagung

Die Autorin dankt Thomas Feichtinger für die Erlaubnis, Texte aus seinen Büchern und der Kursunterlage „Ausbildung zum Mineralstoffberater der GBA“ (GBA-Ges. f. Biochemie nach Dr. Schüßler und Antlitzanalyse, Caspar-Vogl-Str. 8, A-5700 Zell am See) für diesen Artikel zu verwenden.

Literaturliste

- (1) Feichtinger Thomas: Kursunterlage(2010) „Ausbildung zum Mineralstoffberater der GBA“ Gesellschaft für Biochemie nach Dr. Schüßler und Antlitzanalyse www.gba.at
- (2) Jörgensen Hans-Heinrich: Vortrag zum BBD-Bundeskongress 1998 Oldenburg <http://www.nam.de>
- (3) Gefken G.: Wilhelm Heinrich Schüßler Literaturverzeichnis, Oldenburg 1998
- (4) Lindemann, G.: Dr.med. Wilhelm Heinrich Schüßler Sein Leben und Werk, Isensee, Oldenburg 1992
- (5) Feichtinger Thomas, Elisabeth Mandl, Susana Niedan-Feichtinger: Handbuch der Biochemie nach Dr. Schüßler, 4. Auflage Karl F. Haug Verlag Stuttgart 2006
- (6) Helmstädter Axel: (2007) Pharmazeutische Zeitung 152,4770 – 4777
- (7) Schüßler, W.H.: Eine abgekürzte Therapie, 1. Auflage Schulzesche Buchhandlung, Oldenburg 1874
- (8) Schüßler, W.H.: Eine abgekürzte Therapie. Anleitung zur biochemischen Behandlung der Krankheiten. 25. Aufl. Oldenburg und Leipzig 1898
- (9) Schüßler W.H.: Eine abgekürzte Therapie, 31. Aufl. Schulzesche Hofbuchhandlung und Hofbuchdruckerei, Oldenburg und Leipzig 1904
- (10) Broy, J.: Die Biochemie nach Dr. Schüßler, Klaus Foitzick München 1992
- (11) Dr. Hieckethier K., Lehrbuch der Biochemie, 6. Auflage Verlag Friedrich Depke, Kemmenau, 1984
- (12) Feichtinger Thomas: Antlitzanalyse in der Biochemie nach Dr. Schüßler, Der Bildatlas 4. Aufl. Karl F. Haug Verlag Stuttgart 2012
- (13) Schaub Reinhard: Kursunterlage „Ausbildung zum Mineralstoffberater der GBA“ S.97ff



Die Autorin

Apothekerin Margareta Asam

studierte in München. Von Beginn ihrer Berufstätigkeit an galt ihr besonderes Interesse der Naturheilkunde.

Die eigene Apotheke machte es möglich, hierin Beratungsschwerpunkte zu setzen.

Ab 1999 arbeitet sie mit Schüßler-Salzen.

Eine Zusatzausbildung 2004 zur „Mineralstoffberaterin nach Dr. Schüßler“ der GBA, Gesellschaft für Biochemie nach Dr. Schüßler und Antlitzanalyse, Zell am See, intensivierte diese Arbeit.

Nach Aufgabe der Selbständigkeit 2008 wird sie selbst Ausbilderin der GBA. Seitdem hält sie Vorträge, gibt Seminare und Kurse über Schüßler-Salze für Apothekenmitarbeiter, Heilpraktiker, Ärzte und auch Laien in ganz Deutschland.