

# Schüßler Salze

Es wird ohne vorherige Untersuchung/Beratung keine Haftung übernommen!  
Jedoch ist die Behandlung völlig Risikofrei, da der Körper alles Überflüssige ausscheidet.

**Hier finden Sie jeweils zehn Fragen, mit denen Sie selber herausfinden können, bei welchem der 12 Salze Übereinstimmungen bestehen.**

**Dazu nehmen Sie bitte einen Schmierzettel zur Hand und führen zu jedem Salz eine Strichliste z.B. I bei leichtem Mangel, II bei starkem Mangel der betreffenden Frage von insgesamt zehn Fragen pro Salz! Am Ende Schreiben Sie sich die Nummern 1-12 von mehreren Schüßler Salzen auf, bei denen Sie am meisten Striche gezählt haben und bestellen diese bei ihrer Apotheke.**

**Bei Fragen zur Anwendung / Dosierung stehe ich ihnen selbstverständlich gerne zur Verfügung.**

## **Nr. 1 - Calcium Fluoratum**

- Neigen Sie zu starker Hornhautbildung z.B. a. d. Händen/Füßen oder rissiger Haut?
- Zeigt ihre Haut frühzeitig Alterungserscheinungen, Runzeln oder Elastizitätsverlust?
- Leiden Sie unter Osteoporose, Arthrose, Karies oder Parodontose?
- Neigen Sie zu Krampfadern. offenen Beinen oder Venenentzündungen?
- Behauptet ihre Umwelt, dass sie Stur oder unflexibel sind?
- Leiden Sie unter Rückenschmerz (Hexenschuß oder Ischialgie), die nach dem Aufstehen besser werden?
- Haben sie Kreuzschmerzen, wenn Sie sich bücken?
- Leiden Sie unter Hämorrhoiden/Schleimhauteinrissen?
- Knacken ihre Gelenke beim Aufstehen od. bei der Bewegung?
- Neigen Sie zu Verhärtungen im Schulterbereich?

## **Nr. 3 - Ferrum Phosphoricum**

- Haben Sie viel Durst auf Wasser?
- Haben Sie zur Zeit leichtes Fieber(<38,5)
- Werden ihre Beschwerden durch Wärme, Bewegung oder Nachts, besonders zw. 4 und 6 Uhr morgens, schlimmer?
- Wird es ihnen beim schnellen Aufstehen manchmal schwarz vor Augen?
- Empfinden Sie eine Abneigung gegen Eier, Fleisch und Milch?
- Fühlen Sie sich erschöpft, Antriebs-, Kraftlos und/oder müde/geringere Leistungen?
- Neigen Sie allgemein zu Entzündungen z. B. an Augen, Mandeln, Harnwege oder zu Bronchitits?
- Neigen Sie zu Heiserkeit durch Reden/Singen? fadenziehend ist?
- Neigen Sie zu entzündeten Hämorrhoiden, frischen Analblutungen/ schmerzhaften Regelblutungen?
- Neigen Sie nach körperlichen Aktivitäten leicht zu Muskelkater?

## **Nr. 5 - Kalium Phosphoricum**

- Neigen Sie zu Niedergeschlagenheit oder

## **Nr. 2 - Calcium Phosphoricum**

- Haben Sie Verlangen nach Pikantem oder Fettem (z.B. Schinken, Eier, Speck und Butter)?
- Haben Sie gute Ideen, doch während der Umsetzung brechen Sie die Unternehmung ab?
- Neigen Sie zu "starker" Schweißbildung, auch Nachts?
- Neigen Sie zu Schwindel/ Ohnmacht?
- Leiden Sie unter langanhaltenden krampfartigen Schmerzen?
- Leiden Sie unter Hautschuppen oder Flechten?
- Fühlen Sie sich durch Anstrengung (körperlich/ geistig) schnell erschöpft?
- Neigen Sie zu Schmerzen mit Kälte-/Taubheitsgefühlen mit Verschlechterung v. a. Nachts?
- Leiden Sie unter Einschlaf- und/oder Durchschlafstörungen?
- Leiden Sie unter geschwollenen Lymphknoten?

## **Nr. 4 - Kalium Chloratum**

- Fühlen Sie sich als Opfer der Umstände des Lebens?
- Neigen Sie schon nach geringer Anstrengung zu Sehnenscheidenentzündungen (Tendovaginitis)?
- Neigen Sie zu Heißhunger, Unruhe und Aggressionen, wenn Sie länger nicht gegessen haben (Unterzucker)?
- Neigen Sie zu Warzen?
- Neigen Sie zu geschwollenen Drüsen?
- Neigen Sie zu chronischen Schleimhautschwellungen, wie z.B. Bronchitis oder Nebenhöhlenentzündungen?
- Neigen sie zu Steifheit in den Gelenken oder rheumatischen Beschwerden?
- Werden kalte Getränke schlecht vertragen?
- Verschlimmern sich ihre Beschwerden nach Genuss von Kuchen, Fetten oder starkgewürzten Speisen?
- Neigen Sie bei Husten zu Auswurf, der dick oder

## **Nr. 6 - Kalium Sulfuricum**

- Werden Sie zwischen 1 und 3 Uhr Nachts wach?

- depressiven Stimmungen?
- Nehmen Ihre Beschwerden zwischen 2 und 5 Uhr Nachts zu?
- Fühlen sie sich überreizt und nervös?
- Leiden Sie unter nervösem Asthma oder unter Blasenschwäche?
- Fällt ihnen geistige Arbeit schwer?
- Schlägt Ihnen Aufregung a.d. Magen/Darm?
- Neigen Sie zum Weinen, und wollen Sie getröstet werden?
- Leiden Sie unter Völlegefühl oder Blähungen?
- Haben Sie schon kurze Zeit nach dem Essen wieder Hunger?
- Verspüren Sie eine allgemeine Muskelschwäche und Kreuzschmerzen?
- Neigen Sie zu Leberflecken, Muttermalen und/oder Sommersprossen?
- Kommen sie morgens schlecht aus dem Bett?
- Leiden sie unter Rheumatismus?
- Werden Sie nach dem Essen müde?
- Fällt es Ihnen schwer zu vergeben?
- Leiden Sie unter nächtlichen Hautjucken?
- Neigen Sie in Ihren Handlungen zu Extremen?
- Verschlimmern sich Ihre Beschwerden gegen Abend, bei Wärme/geschlossenen Räumen?
- Verschafft Ihnen Kälte Linderung und Räumen und geht es Ihnen bei geöffneten Fenster besser?

### **Nr. 7 - Magnesium Phosphoricum**

- Haben Sie Durst auf kalte Getränke?
- Sind ihre Beschwerden blitzartig, einschließend, bohrend, kolikartig oder krampfartig?
- Neigen Sie zu Prüfungsangst, Reise- und/oder Lampenfieber?
- Leiden Sie unter Migräne?
- Leiden Sie unter krampfartigen Schmerzen der inneren Organe, bei denen ihnen Wärme gut tut? Verstärken sich Schmerzen bei Kälte?
- Haben Sie manchmal ein Kloßgefühl im Hals?
- Haben Sie häufiger Schluckauf ?
- Haben Sie das Gefühl, als fröstele es Sie, als ob die Kälte wie ein kalter Guss den Rücken hinunterlief?
- Haben Sie Heißhunger auf Süßes?
- Erröten Sie leicht, wenn Sie in Verlegenheit gebracht werden?

### **Nr. 9 - Natrium Phosphoricum**

- Neigen Sie zu saurer Schweißabsonderung, besonders an den Füßen?
- Neigen Sie zu Besenreisern/ Krampfadern?
- Leiden Sie in Abständen an Ohrenjucken?
- Reagieren Sie leicht "sauer"?
- Haben Sie ständig kalte Füße?
- Neigen Sie zu Sodbrennen oder zu saurem Aufstoßen?
- Leiden Sie unter Pickeln oder Mitessern?
- Leiden Sie unter offenen Beinen oder schlecht heilenden Wunden?
- Fetten ihre Haare schnell nach?
- Zeigt ihr Gesicht einen Doppelkinnansatz?

### **Nr. 11 – Silicea**

- Verschlucken Sie sich öfter? Bekommen Sie Dinge leicht "in den falschen Hals"?
- Neigen Sie zu Haarausfall oder brüchigen Finger-/Fußnägeln?
- versprechen Sie sich leicht?
- Neigen Sie zu unerklärlichen Schwächeerscheinungen?
- Neigen Sie zu Unentschlossenheit?
- Leiden Sie unter kalten Händen/Füßen?
- Fühlen sie sich ängstlich, schreckhaft od. unruhig?

### **Nr. 8 - Natrium Chloratum**

- Sind sie öfters zerstreut/ Konzentrationsmangel?
- Hindern Sie Grübeleien am Einschlafen?
- Neigen Sie zu einer ständigen leichten Schweißbildung auf der Haut?
- Neigen Sie zu schmerzhaften Lippenbläschen/Herpes?
- Neigt Ihre Haut zu Rissen, Schründen, die Finger zu kleinen Rissen am Nagelbett (Nietnägeln)?
- Zeigt Ihre Gesichtshaut eine gröbere Struktur, und neigt Sie zu glänzen?
- Verspüren Sie ein starkes Verlangen nach Gesalzenem oder Pikantem?
- Verspüren Sie in den Augen häufig ein Sandkorngefühl?
- Fühlen Sie sich traurig, wollen jedoch nicht getröstet werden?
- Fällt es ihnen schwer in Gegenwart anderer Wasser zu lassen?

### **Nr. 10 - Natrium Sulfuricum**

- Fühlen Sie sich vor allem Vormittags schläfrig, auch wenn Sie ausgeschlafen haben?
- Neigen Sie zu stark riechenden Kopf-/Fußschweiß?
- Beschleunigt Kaffeegenuss den Stuhlgang?
- Bringt Sie Musik zum weinen?
- Neigen Sie zu Gallenbeschwerden z.B. Schmerzen etwa 1 Std. nach dem Essen?
- Neigen Sie v. a. morgens zu breiigen Durchfall?
- Fallt es Ihnen schwer, eingespieltes Verhalten zu ändern obwohl Sie merken, dass es ihrer Entwicklung i.Weg steht?
- Fühlen Sie sich aufgedunsen und "überwässert"?
- Haben Sie das Gefühl, Nachts im Bett nicht richtig warm zu werden?
- Haben Sie an sich selbst hohe Ansprüche?

### **Nr. 12 - Calcium Sulfuricum**

- Leiden Sie unter immer wieder kehrenden Zahnfleischbluten od. Nasenbluten?
- Leiden sie unter brennenden Fußsohlen?
- Leiden Sie unter chronischen Durchfällen oder chronischen Erkrankungen?
- Leiden Sie unter chronischen Schnupfen mit Kieferhöhlenbeteiligung?
- Leiden Sie unter schmerzhaften Geschwüren v. a. am Zungenrand?
- Leiden Sie unter Husteln mit lockerem Schleim am Kehlkopf?

- Leiden Sie unter Ohrgeräuschen (Tinnitus)?
- Zeichnet sich Abends der Strumpfgummi a. d. Bein ab (Lymphstau)?
- Muss der Stuhlgang unter großer Anstrengung herausgepresst werden und gleitet zum Teil sogar wieder zurück?

- Verstärken sich Ihre Beschwerden bei Arbeiten an und im Wasser?
- Leiden Sie unter Flechten mit dickem weiß-gelbem Sekret?
- Stehen Sie immer wieder vor den gleichen Schwierigkeiten in ihrem Leben und haben das Gefühl, nicht wirklich weiterzukommen?
- Neigen Sie zu eitrigen Pickeln, Furunkeln oder Abszessen?

## **Dosierung der Schüßler Salze**

**Akute Zustände** sind derzeit hohe Mineralmängel, die kurzfristig viel Substanz verlangen. Eine große Schwäche ist ebenfalls ein akuter Zustand, der einen momentanen hohen Bedarf anzeigt, also hohe Gaben in kurzer Zeit fordert.  
**alle 5 Minuten 1-2 Pastillen**

**Chronische Zustände** sollten mit kleinen, aber häufigen Gaben behandelt werden. So setzt die Regeneration schneller ein und das Allgemeinbefinden bessert sich bald.  
**3-6 mal täglich 1-6 Pastillen**

**Kinder bis 6 Jahre** lutschen bei chronischen Beschwerden:  
**täglich 1 Pastille pro Lebensjahr, 7-12 Jahren auch 7-12 Pastillen täglich.**

**Vorbeugend** reichen üblicherweise 6-9 Pastillen täglich. (2x3 oder 3x3)

Bei der Einnahme können mehrere Biomineralien kombiniert werden, **z.B. ISO-Bicomplex**. Grundsätzlich sollten die Pastillen möglichst lange im Mund behalten werden, da sie bereits hier über die Schleimhaut vom Körper aufgenommen werden können und zu den Regionen transportiert werden, wo ein großer Mangel besteht.

### **Empfehlung:**

**Sie können selbstverständlich die oben gestellten Fragen nach ca. zwei bis vier Wochen wiederholen und dann entsprechend andere Salze verwenden!**

## **ISO-Bicomplexe**

**(Kombinationspräparate Nr. 1-30 mit mehreren Schüßler Salzen zum Geldsparen!)**

**Wichtig: Das Salz Nr.12 ist hier nicht aufgeführt, da die Kombination aus 9 und 11 eine ähnliche Wirkung hat!**

<b>Nr.1:</b> Salze 1,8,10	<b>Nr.2:</b> 2,3,5,8,11	<b>Nr.3:</b> 2,5,9,10	<b>Nr.4:</b> 1,2,5,8,11
<b>Nr.5:</b> 2,5,7,8,11	<b>Nr.6:</b> 3,4,5,6	<b>Nr.7:</b> 2,3,5,7	<b>Nr.8:</b> 1,5,7
<b>Nr.9:</b> 3,9,10,11	<b>Nr.10:</b> 1,5,8,11	<b>Nr.11:</b> 2,6,7,8,11	<b>Nr.12:</b> 1,5,7,8
<b>Nr.13:</b> 1,2,7,11	<b>Nr.14:</b> 1,3,6,11	<b>Nr.15:</b> 3,4,7,11	<b>Nr.16:</b> 7,9,10
<b>Nr.17:</b> 1,2,5,8	<b>Nr.18:</b> 2,5,8,11	<b>Nr.19:</b> 2,5,7	<b>Nr.20:</b> 3,4,6
<b>Nr.21:</b> 4,6,8,10,11	<b>Nr.22:</b> 1,2,3,5,7,11	<b>Nr.23:</b> 1,3,6,8,11	<b>Nr.24:</b> 3,4,9,11
<b>Nr.25:</b> 4,5,10	<b>Nr.26:</b> 2,5,7,8	<b>Nr.27:</b> 7,8,9,11	<b>Nr.28:</b> 1,2,8,11
<b>Nr.29:</b> 1,2,3,6,8,11	<b>Nr.30:</b> 1,2,4,11		