

Günther H. Heepen

# SCHÜSSLER SALZE

Das Basisbuch



**NIKOL**  
VERLAG

---

## THEORIE

---

Ein Wort zuvor 5

**DAS GEHEIMNIS DER  
MINERALSALZE** 7

**Schüßlers Biochemie –  
was ist das?** 8

Von der Homöopathie zur  
Biochemie 9

Wie und wann helfen  
Schüßler-Salze? 15

**Selbstbehandlung: Möglich-  
keiten und Grenzen** 16

Hilfen bei der Mittelwahl 16

Anwendung und Dosierung  
der Salze 19

Anwendung und Dosierung  
der Salben 23

Welches Mittel für welchen Fall? 26

Dauer der Behandlung 27

Schüßler-Salze und die richtige  
Ernährung 27

Mineralstoffe in Lebensmitteln 28

**Günstige Einnahmezeiten** 30

Die Chinesische Organuhr 31

Mineralsalze im Körper 33

Oft gefragt 34

---

## PRAXIS

---

**DIE HEILSALZE UND  
IHRE SALBEN** 37

**Die 12 Schüßler-Salze** 38

Nr. 1 Calcium fluoratum D12  
(Kalziumfluorid) 39

Nr. 2 Calcium phosphoricum D6  
(Kalziumphosphat) 40

Nr. 3 Ferrum phosphoricum D12  
(Eisenphosphat) 42

Nr. 4 Kalium chloratum D6  
(Kaliumchlorid) 44



Nr. 5 Kalium phosphoricum D6 (Kaliumphosphat)	45
Nr. 6 Kalium sulfuricum D6 (Kaliumsulfat)	46
Nr. 7 Magnesium phosphoricum D6 (Magnesiumphosphat)	48
Nr. 8 Natrium chloratum D6 (Natriumchlorid)	50
Nr. 9 Natrium phosphoricum D6 (Natriumphosphat)	52
Nr. 10 Natrium sulfuricum D6 (Natriumsulfat)	53
Nr. 11 Silicea D12 (Kieselsäure)	54
Nr. 12 Calcium sulfuricum D6 (Kalziumsulfat)	57
Biochemische Ergänzungsmittel – 12 weitere Salze	58

## BESCHWERDEN UND MITTEL 61

So finden Sie zu Ihrem Mittel	62
Von der Beschwerde zum Mittel	63

Allgemeine Beschwerden von A bis Z	74
---------------------------------------	----

Anwendungen für Frauen	105
------------------------	-----

Kinderkrankheiten und -beschwerden	113
---------------------------------------	-----




---

## SERVICE

---

Bücher, die weiterhelfen	122
Adressen, die weiterhelfen	122
Sachregister	123
Impressum	127



## GÜNTHER H. HEEPEN

ist Heilpraktiker und Psychotherapeut  
sowie Medizinjournalist.

---

» Wer biochemisch  
therapiert,  
arbeitet mit dem  
Körper und nicht  
gegen ihn.«





## EIN WORT ZUVOR

In den vergangenen Jahren hat die Popularität der Schüßler-Biochemie in erstaunlichem Maß zugenommen: Selten hat in der Geschichte der Naturheilkunde eine Heilmethode innerhalb weniger Jahre eine derartige Renaissance erlebt wie die des Oldenburger Arztes Dr. med. Wilhelm Heinrich Schüßler. Diese Heilmethode basiert auf homöopathisch aufbereiteten Mineralsalzen, die auch als wichtige Bestandteile im menschlichen Körper vorkommen.

Ihre Anwendung ist einfach und handlich – und ihr Wirkungsspektrum groß und vielfältig. Daher wollen auch viele, die die Schüßler-Salze einmal kennengelernt haben, nicht mehr darauf verzichten: Die Salze sind fester Bestandteil der Haus- und Reiseapotheke geworden. Das Schöne daran ist außerdem: Es gibt keine Nebenwirkungen und Erstverschlimmerungen, wie sie zuweilen bei homöopathischen Mitteln auftreten. Wer biochemisch therapiert, arbeitet mit dem Körper und nicht gegen ihn. Die Salze unterstützen körperliche Funktionen, wirken regulierend, gleichen Fehlsteuerungen aus und ebnen so den Weg zur Heilung der unterschiedlichsten Beschwerden.

Doch wie bei allen biologischen Therapien ist auch bei den Schüßler-Salzen ein verantwortungsvoller Umgang wichtig. Vor allem bei chronischen Erkrankungen ist es nicht immer mit den Salzen getan; denn auslösende Faktoren und Ursachen müssen bei einer umfassenden Behandlung berücksichtigt werden. Schüßler-Salze indes bieten eine verlässliche Therapiemethode bei vielen Alltagsbeschwerden.

*Anika Kleper*



# DAS GEHEIMNIS DER MINERALSALZE

---

12 MINERALSALZE FÜR DIE GESUNDHEIT – WIE  
ENTWICKELTE DR. SCHÜSSLER AUS DIESER IDEE EIN  
NATURHEILVERFAHREN UND WIE FUNKTIONIERT ES?  
SIE ERFAHREN ES IN DIESEM KAPITEL.

Schüßlers Biochemie – was ist das? .....	<b>8</b>
Selbstbehandlung: Möglichkeiten und Grenzen .....	<b>16</b>
Die besten Einnahmeformen der Salze .....	<b>30</b>
Oft gefragt .....	<b>34</b>



## SCHÜSSLERS BIOCHEMIE – WAS IST DAS?

Vielen ist der Begriff Biochemie geläufig, aber kaum einer weiß, dass er von Wilhelm Heinrich Schüssler vor mehr als 130 Jahren geprägt wurde. Der Begriff Biochemie bezeichnet Prozesse und Reaktionen wie Atmung, Stoffwechsel und Verdauung, die in unserem Körper ganz natürlich ablaufen. Zusätzlich wird damit aber auch noch verknüpft, dass es sich bei dem Begriff Biochemie um eine von Schüssler entwickelte Behandlungsme-

thode handelt, die auf umfangreichen Forschungsarbeiten basiert.

Die Therapie kommt mit zwölf Mineralstoffen (Salzen) aus, die alle von Natur aus im menschlichen Körper vorkommen und die wir täglich mit der Nahrung aufnehmen. Schüssler hatte entdeckt, dass aus diesen Salzen Heilmittel hergestellt werden können, die sehr viel mehr bewirken als die reinen Mineralstoffe unserer Nahrung: Sie können



## INFO

## CHEMIE DES LEBENS

Schüßler leitete den Begriff Biochemie von den griechischen Worten »che-meia«, Wissenschaft der Elemente, und »bios«, Leben, ab

wichtige Körperfunktionen anregen oder überhaupt erst wieder möglich machen und auf diese Weise Fehlfunktionen des Organismus normalisieren.

Sprach Schüßler damals noch von Salz-molekülen, so wissen wir heute, dass Mineralsalze durch die chemische Vereinigung von Metallen und Nichtmetallen entstehen und aus elektrisch geladenen Atomen, den Ionen, aufgebaut sind.

## Von der Homöopathie zur Biochemie

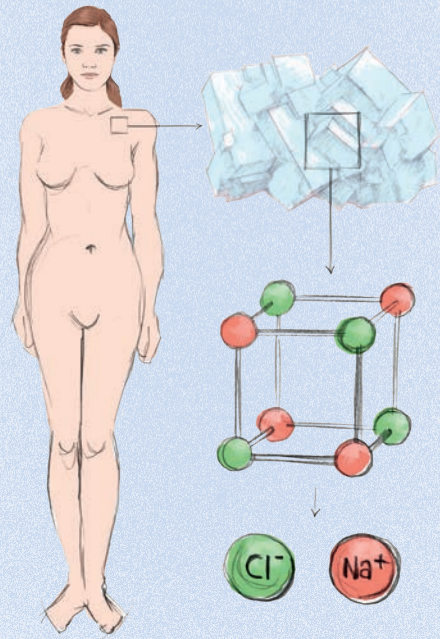
Wilhelm Heinrich Schüßler kam 1821 in Bad Zwischenahn im Ammerland nahe Oldenburg zur Welt. Lange unterstützte er wegen des geringen Einkommens seines Vaters die Familie finanziell durch seine Tätigkeit als Sprachlehrer. 1852, er war bereits 31 Jahre alt, nahm er ohne Abitur das Medizinstudium in Paris auf. Später wechselte er an die Universität nach Berlin und promovierte in Gießen. In Oldenburg eröffnete er dann eine

## INFO

## KRISTALLGITTERSTRUKTUR

In unserem Körper befinden sich überall Mineralsalze. Ihre Kristalle (beim Kochsalz sind sie würfelförmig) entstehen durch eine regelmäßige Anordnung von elektrisch geladenen Atomen, den Ionen (Chlor- und Natrium-Ionen beim Kochsalz).

Das Schema unten zeigt als vereinfachte Darstellung lediglich einen kleinen Ausschnitt aus der Kristallgitterstruktur.



Praxis als Arzt, Wundarzt und Geburtshelfer. Schon bald galt sein besonderes Interesse der Homöopathie, mit der er 15 Jahre lang seine Patienten behandelte. Kein Wunder, dass auch der Weg zu seinem Heilverfahren und die Herstellung seiner Heilsalze von den grundlegenden Gedanken des Entdeckers der Homöopathie, des Meißener Arztes Dr. Samuel Hahnemann (1755–1843), geprägt wurden.

## Die homöopathische Ähnlichkeitsregel

Fundament der Homöopathie ist die Ähnlichkeitsregel. Dazu folgendes Beispiel: Kaffee, spätabends getrunken, kann auch bei gesunden Menschen durch seine anregende Wirkung auf das Nervensystem den Schlaf verhindern. Zwar ist der Betreffende müde, kommt aber wegen ständig kreisender Gedanken nicht zur Ruhe.

Wenn eine Substanz wie Kaffee beim Gesunden so eindeutige Beschwerden (Symptome) auslösen kann, dann kommt sie nach der

Ähnlichkeitsregel Hahnemanns bei ähnlichen Beschwerden auch als Heilmittel infrage. Anders gesagt: Kann jemand wegen Erregung des Nervensystems nicht einschlafen oder zeigt er ähnliche Symptome, ist die Kaffeebohne (lateinisch *Coffea*) in verdünnter Form (in der Homöopathie spricht man von potenziertem Mittel) das zur Behandlung geeignete Mittel.

Durch Versuche konnte Hahnemann für viele Substanzen aus dem Tier-, Pflanzen- und Mineralreich herausfinden, welche Symptome sie bei Gesunden hervorrufen; diese Versuche wurden von anderen im Laufe der Jahrzehnte fortgesetzt. Bei der beschriebenen Vorgehensweise, der »Arzneimittelprüfung«, entstehen für jede Substanz umfangreiche Listen mit Symptomen – zusammengefasst als »Arzneimittelbild«. Um das jeweils passende Mittel zu finden, muss der Therapeut die Symptome des Patienten mit den Arzneimittelbildern vergleichen. In der Homöopathie gibt es nämlich nicht nur ein bestimmtes Mittel gegen eine bestimmte Erkrankung. Vielmehr wird das Mittel gesucht, das dem kranken Menschen im Gesamten hilft – also gleichermaßen bezogen auf seine Symptome, seine Gefühlsäußerungen und seine Eigenheiten. Die homöopathische Behandlung ist demzufolge ein äußerst komplexer Vorgang und so wird es verständlich, dass sie sehr zeitaufwendig ist und eine große Erfahrung des Homöopathen voraussetzt.

### INFO

#### **VIelfältige Homöopathie**

Mittlerweile gibt es über 1500 homöopathische Mittel, unter denen der Therapeut das individuell passende für einen Patienten herausucht.