

Margit Müller-Frahling

IM-PULS DES LEBENS

Mineralstoffe

nach Dr. Schüßler

Mit einem Geleitwort
des Orthopäden
Christoph Schröder

Bestseller

*Überarbeitete
Neuaufgabe*



■ LINGEN
meine Welt

Die häufigste Einnahmeform ist wegen der praktischen Dosierung die Tablettenform. Mineralstofftabletten nach Dr. Schüssler sind apothekenpflichtige Arzneimittel, die nach den Vorgaben des homöopathischen Arzneibuchs (HAB) hergestellt werden und daher nur in Apotheken erhältlich sind. Trägerstoff der Tabletten ist nach dem HAB immer Laktose (Milchzucker). Die Anwendung in Form von Globuli hat sich in der Biochemie nach Dr. Schüssler nicht bewährt, da die Wahrscheinlichkeit einer erfolgreichen Anwendung zu gering ist. Auf die Globuli (= Zuckerkügelchen) werden nur Spuren der alkoholischen Lösung aufgebracht. Um die Menge an Wirkstoff einer biochemischen Tablette zu verabreichen, müssten tausende Globuli in einer Gabe verabreicht werden.

In der Biochemie nach Dr. Schüssler ist jedoch im Unterschied zur Homöopathie die ausreichende Gabe wesentlich für die erfolgreiche Anwendung. Wenn Sie den Milchzucker meiden wollen oder müssen, nutzen Sie die alkoholische Lösung und lassen sich zur individuellen Dosierung und Anwendung beraten. Ausgebildete Fachberater/innen „Schüssler-Salze“ finden Sie in der Datenbank des Institutes: www.schuesslersalzberatung.de.

Die Antlitzanalyse

Die Antlitzanalyse ist ein Instrument der Biochemie nach Dr. Schüssler, um die notwendigen Schüssler-Salze für die betreffende Person optimal zu bestimmen. In der Antlitzanalyse wird der Zustand der Haut (Färbungen, Turgor = Spannung, Hautstrukturen, Falten) als Hinweis auf den Versorgungszustand des betreffenden Menschen an biochemischen Funktionsmitteln hinzugezogen.

Für viele Menschen ist es sehr geheimnisvoll, fast unheimlich, dass an ihrem Gesicht erkannt werden kann, was sie benötigen. „Was sehen Sie denn bei mir?“, werde ich häufig gefragt. Ich erkläre dann, dass aus den vielen praktischen Erfahrungen im Umgang mit Schüssler-Salzen über die Jahrzehnte eine Kenntnis darüber entwickelt wurde, welche Anhaltspunkte im Gesicht einen bestimmten Bedarf anzeigen.

Auf welchen Grundlagen wurde die Antlitzanalyse entwickelt?

Schüssler hat die Menschen, die er als Arzt mit den Schüssler-Salzen behandelte, sehr genau beobachtet. Ihm fiel auf, dass bestimmte Zeichen im Gesicht auf ganz bestimmte Mineralsalze hinwiesen (z. B. das „Kochsalzgesicht“) und sich nach Gaben der jeweiligen Mineralsalze im Gesicht Veränderungen vollzogen. Er wies auch darauf hin, dass durch das Studium des Gesichts verborgene Krankheiten erkannt werden könnten. Seine

Aufforderung, eine „Antlitzdiagnose“ zu entwickeln, wurde von Kurt Hickethier (1891–1958) aufgegriffen. Kurt Hickethier hatte mit den Mineralstoffen nach Dr. Schüßler Beschwerdefreiheit bei seiner schweren Erkrankung (Bechterew'sche Krankheit) erreicht. Er beschäftigte sich fortan mit den Schüßler-Salzen, aber auch mit anderen Möglichkeiten der Gesundheitsförderung.

In seiner vielfältigen Praxis und mit erstaunlicher Beobachtungsgabe stellte er für elf Mineralstoffverbindungen Anzeichen im Gesicht fest. Die besonderen Möglichkeiten der Antlitzdiagnose sah er in der Beantwortung der Frage: „Was fehlt mir?“ Die Lehre Schüßlers erweiterte er auch um die Dimension der Gesundheitsprophylaxe, insbesondere in der Sorge um die Kinder. „Somit soll es unser Bestreben sein, nicht nur abwehrend und beseitigend, sondern vor allem vorbeugend zu wirken im Kampf zwischen Leben und Tod“ (Kurt Hickethier). Er betonte die Chancen der Antlitzdiagnostik für eine „uneingeschränkte Gesundheitspflege der Kinder“, um etwaige Leiden und Störungen abzuwenden. Heute ist die Aufforderung Hickethiers „Lest es vom Gesicht ab, was euch und euren Lieben fehlt!“ aktueller denn je.

Wegweiser zum notwendigen Schüßler-Salz

Die Antlitzanalyse ist eine hervorragende Möglichkeit, die Einnahme der Schüßler-Salze genau auf eine Person abzustimmen. In der Antlitzanalyse achten wir auf Färbungen, Strukturen, Falten der Gesichtshaut und andere Veränderungen im Gesicht. Für jedes Schüßler-Salz und mittlerweile auch für die Erweiterungsmittel gibt es Zeichen. Lange bevor sich Krankheiten zeigen, werden die Bedarfe im Gesicht anhand der antlitzanalytischen Kennzeichen deutlich. Die Antlitzanalyse ist daher ideal einsetzbar in der Gesundheitsprophylaxe!

Ich spreche bewusst nicht von Diagnose, denn mit diesem Wort wird allgemein die Möglichkeit verbunden, eine Aussage über die Verfasstheit oder Störungen der Organe zu treffen. Zeigt das Gesicht z. B. einen Bedarf an Nr. 6 Kalium sulfuricum an, kann keine Aussage darüber gemacht werden, ob die Bauchspeicheldrüse, deren Betriebsstoff Nr. 6 ist, geschädigt ist.

Das Gesicht drückt die Befindlichkeit des Menschen deutlich aus. Die Gesichtshaut als sensibelster Bereich des Körpers wird am meisten durchblutet. Sie ist allen äußeren Bedingungen ausgesetzt wie z. B. dem Regen, der Sonne, dem Wind. Sie gibt Hinweise auf die innere Verfasstheit des Menschen.

Wir alle beschäftigen uns mit Gesichtern. Sie haben sicherlich schon einmal das Erlebnis gehabt, einen Menschen zu treffen und zu denken: Der sieht aber alt aus. Was haben Sie gesehen? Vielleicht war die Haut welk und voller Falten. Auf jeden Fall haben Sie

wahrgenommen, dass die Verfasstheit des Gesichts und seiner Haut nicht dem biologischen Lebensalter entsprach. Sie wussten nur nicht, warum, und was fehlt. Mit der Antlitzanalyse haben Sie die Möglichkeit, eine Antwort auf diese Fragen zu geben.

Es ist grundsätzlich für jeden Menschen möglich, die Antlitzanalyse zu erlernen, so wie jeder Mensch Lesen und Schreiben erlernen kann. Nicht jeder Mensch wird eine Leserratte, nicht jeder Mensch wird Schriftsteller. Sie können sich Grundkenntnisse aneignen, die für Ihren täglichen Bedarf von Nutzen sind. Wenn Sie eine maßgeschneiderte Einnahmeempfehlung mit Antlitzanalyse wünschen oder spezifische Probleme haben, können Sie ausgebildete und erfahrene Beraterinnen und Berater aufsuchen. Datenbank auf:

www.schuesslersalzberatung.de

Bei den einzelnen Schüßler-Salzen werden die antlitzanalytischen Kennzeichen beschrieben. Schauen Sie Ihr Gesicht mit neuen Augen an!

Dosierung der Schüßler-Salze

Grundsätzlich bestimmt der Bedarf die Dosierung der Schüßler-Salze. Um den Bedarf optimal zu ermitteln, werden die persönlichen Bedürfnisse, Störungen und die Bedarfszeichen im Gesicht einbezogen und abgewogen.

Die Angaben zur Dosierung der Schüßler-Salze sind oft verwirrend.

Es gibt Grundregeln für die Dosierung, die sich aus der Auswertung unzähliger Fallbeispiele ergeben und in der Praxis bestätigt haben:

Prophylaxe: 3–5 Tabletten am Tag,

Akute Störungen: Alle 5–15 Minuten eine Tablette im Mund zergehen lassen,

Chronische Fälle und Kuranwendungen: 7–10 Tabletten am Tag.

Bei Schüßler-Salzen in Pulverform entspricht 1g ca. 4 Tabletten.

Die Dosierung der alkoholischen Lösung sollte individuell abgestimmt werden. Eine Umrechnung der Tabletten ist nicht sinnvoll. Allgemein werden zu Beginn je ausgewähltem Mittel drei-bis fünfmal 5–15 Tropfen am Tag genommen.

Hierbei ist unbedingt zu beachten:

1. Sensible, ältere und besonders belastete Menschen sollten mit einem Drittel der

angegebenen Dosierung beginnen. Die Dosierung wird langsam im Rhythmus von sieben Tagen um je eine Tablette gesteigert. Stellt sich der gewünschte Erfolg ein, wird die Dosierung nicht weiter gesteigert.

2. Je gesünder der Mensch, umso mehr verschiedene biochemische Mittel kann er gleichzeitig nehmen. Je kränker der Mensch ist, umso weniger verschiedene Mittel sollte er nehmen und umso umsichtiger muss die Dosierung abgestimmt sein.
3. Schüßler-Salze, bei denen Ausscheidungsreaktionen zu erwarten sind (Nummern 6, 11, 12) sollten außer in akuten Situationen generell einschleichend dosiert werden. Das bedeutet, dass mit 1–3 Tabletten am Tag begonnen wird und die Einnahme alle fünf Tage um je eine Tablette gesteigert wird, bis die gewünschte Dosierung erreicht wurde. Dies gilt NICHT für akute Situationen. Wenn Sie beispielsweise bei einer Erkältung Nr. 6 Kalium sulfuricum wegen des gelben Schleims als Mittel wählen, sollten Sie alle 5–15 Minuten eine Tablette lutschen, bis eine Besserung eintritt. Wenn Sie Nr. 6 Kalium sulfuricum wegen Pigmentflecken anwenden, müssen Sie mehrere Monate regelmäßig Nr. 6 einnehmen und dann ist eine einschleichende Dosierung auf bis zu 7 Tabletten am Tag empfehlenswert.
4. Das Schüßler-Salz Nr. 1 unterstützt die Regeneration der Bänder. Es sollte ebenfalls einschleichend dosiert werden, wenn bereits chronische Probleme mit den Bändern, Gelenken oder Bandscheiben vorliegen, da eine starke Anregung als unangenehm oder sogar schmerzhaft wahrgenommen werden kann.

Säuglinge können die Schüßler-Salze auf verschiedene Weise bekommen. Man kann sie mit abgekochtem Wasser auflösen und mit einer Pipette vorsichtig in den Mund träufeln. Oder sie werden als Brei angelöst und in kleinsten Mengen in den Mundwinkel gegeben. Die biochemischen Tabletten können dem Fläschchen beigemischt werden, dann ist die Wirkung – wenngleich schwächer – auch vorhanden. Es empfiehlt sich hierbei, die biochemischen Tabletten vorher in abgekochtem Wasser aufzulösen.

Insbesondere bei Säuglingen kann die äußere Anwendung zusätzlich genutzt werden. Die biochemischen Tabletten können dem Badewasser zugefügt oder bei Bauchkrämpfen als Komresse aufgelegt werden. Kleinkinder und Kinder können die Schüßler-Salze wie oben angegeben lutschen oder aufgelöst trinken.

Die Ergänzungsmittel ab Nummer 13 entsprechen nicht immer den Anforderungen und Kriterien Schüßlers an ein biochemisches Funktionsmittel. Ihre Anwendung erfordert spezielle Sachkenntnis.

Sinnvolle Kombinationen der Schüßler-Salze und ausgewählter Erweiterungsmittel stellen

die im Anhang aufgeführten Einnahmepläne dar.