

○ Abb. 2.6 Antlitzzeichen und Zunge der Nr.6, Kalium sulfuricum

Das Wichtigste in Kürze

Steckbrief: Nr. 6, Kalium sulfuricum D6

- Antlitz: bräunlich-gelb bis braun-gelb verfärbt, vornehmlich am unteren Augenlid; Sommersprossen, Leber- und Altersflecken, braune Schatten um den Mund.
- Zunge: gelblich-schleimig.
- Modalitäten: in warmen, geschlossenen Räumen sowie abends Verschlimmerung; frische, kühle Luft bessert die Beschwerden.

2.7 Magnesium phosphoricum (Nr. 7): „Schmerz- und Entkrampfungsmittel“

Ob nun „Magnesium phosphoricum“, „Nr. 7“ oder „Heiße Sieben“, im Nachfolgenden erfahren Sie alles über das biochemische Schmerz- und Krampfmittel und wie vielfältig man es in der Therapie mit Schüßler-Salzen einsetzen kann.

2.7.1 Schmerzen und Krämpfe

Den wohl umfangreichsten Wirkungsbereich aller Schüßler-Salze hat das Salz Nr. 7: Magnesium phosphoricum. Man findet es in den Muskeln und Blutkörperchen, in den Nerven, im Gehirn und Rückenmark, in Leber, der Schilddrüse, in den Knochen und Zähnen. Fehlt es, kann es zu Krämpfen aller Art wie z. B. Herz-, Magen-, Blasen-, oder Wadenkrämpfen usw. kommen. Damit in Verbin-

dung treten oft blitzartig schießende, wandernde, also den Ort wechselnde Schmerzen auf. Magnesium phosphoricum ist das biochemische Schmerz- und Krampfmittel! Man gibt es sowohl bei Magen-, Leib-, Gallen- als auch bei Nierenkoliken. Darüber hinaus hilft es bei Menstruationsbeschwerden und bei einem Engegefühl in der Herzgegend (Erkrankung der Herzkranzgefäße) oder bei Herzneurosen (diese bitte unbedingt vorher kardiologisch abklären lassen!). Das Schüßler-Salz Nr. 7 hat auch schon sehr gute Dienste bei nächtlicher Schlaflosigkeit und Migräneanfällen geleistet. In der Kinderheilkunde wird es u. a. bei Zahnungsschwierigkeiten und Krampfhusten sowie bei nächtlichem Bettnässen eingesetzt. Auch Bauchschmerzen mit Durchfall ohne Nachweis von pathogenen Keimen, Ischialgie (Hexenschuss) und Zahnschmerzen mit neuralgieformiger Ursache lassen sich gut mit Magnesium phosphoricum behandeln. Bei Menschen, bei denen die Mittelbeschreibung zu Magnesium phosphoricum passt, kann es mitunter auch den Cholesterinspiegel senken.

2.7.2 „Heiße Sieben“

Gerade die Einnahme in warmem Tee wird in der Literatur auch traditionell als „heiße Sieben“ bezeichnet. Hierzu werden 5–10 Tabletten Magnesium phosphoricum, in Wasser oder in warmem Tee aufgelöst und bis zu 5-mal täglich eingenommen. Auch bei längerem, bestimmungsgemäßigem Gebrauch, sind keine Nebenwirkungen oder Abhängigkeiten zu befürchten.

2.7.3 Schüßler Salbe Nr. 7 lokale Anwendung

Auch die Salbe Magnesium phosphoricum kann lokal z. B. bei Nervenschmerzen mit bohrendem oder reißendem, schießendem, krampfartigem Charakter angewendet werden. Bei kleinen Kindern mit Bauchschmerzen wird die Salbe mehrmals täglich unter leicht massierenden Bewegungen angewendet.

2.7.4 Nur ein Hexenschuss?

Fallbeispiel

Margot C. ist 56 Jahre alt und leidet seit mehr als 13 Jahren unter Nackenverspannungen. Daneben klagt sie noch über immer wiederkehrende Bauchkrämpfe (Abdominelle Spasmen). Ihre Blutfettwerte sind erhöht (Hypercholesterin- und Triglyceridämie) und sie hat schmerzhafte Monatsblutungen (Dysmenorrhö). Jetzt, mit Beginn der Wechseljahre, kommen auch Schlafstörungen dazu, die ihr das Leben zusätzlich schwer machen. Am liebsten würde sie während der kalten Jahreszeit in wärmere Gefilde auswandern. Aber dafür fehlt ihr leider das nötige Kleingeld. Und gerade jetzt bei diesem nasskalten Wetter hat sie sich zu allem Übel noch einen Hexenschuss auf der rechten Seite zugezogen. Vornüber gebeugt und noch dazu humpelnd schleppt sie sich an einem Montagmorgen in meine Sprechstunde. Zuerst befrage ich Margot, wann und wobei sich denn der Hexenschuss ereignet hat. Sie hat vor drei Tagen vier volle Sprudelkästen aus dem Kofferraum ihres Autos herausgehoben und bei dem letzten Kasten ist es ihr in den Rücken gefahren. Wie ein Pfeil spürte sie plötzlich einen heftigen Schmerz im rechten Kreuzdarmbeinelenk.

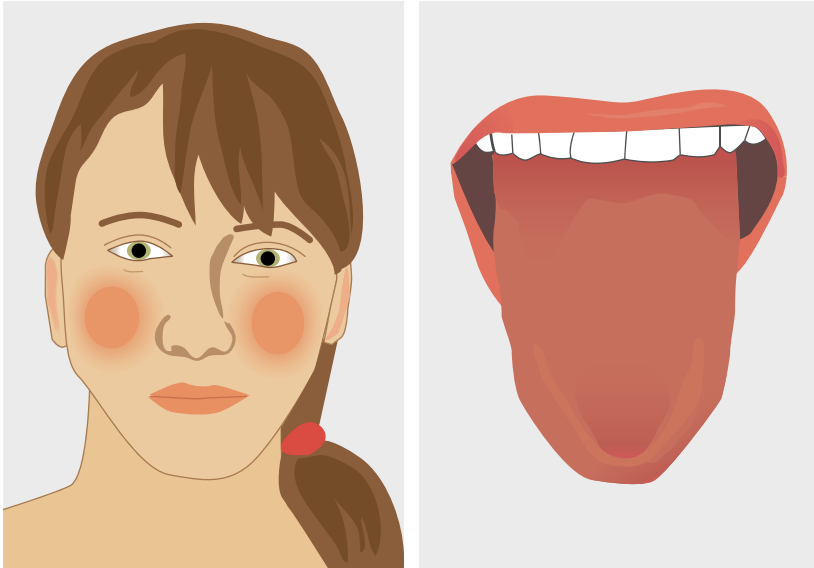
Nun untersuche ich die Patientin und finde eine muskuläre Dysbalance von der Halswirbelsäule über den ganzen Rücken bis ins linke Bein. Was auffällt, ist schon die Haltung des Kopfes der Patientin. Dieser ist leicht nach rechts geneigt. Für mich als Sportmediziner ist das schon das erste Zeichen, dass eine diskrete Verkrampfung bei der Patientin vorliegen muss. Beobachten Sie einmal Ihre Mitmenschen und prüfen Sie, wie viele von ihnen den Kopf gerade halten. Fragen Sie dann diejenigen mit einer Seitenneigung nach Schmerzen im Nacken und Sie werden erstaunte Antworten bekommen. Nun aber zurück zu unserer Patientin. Hier findet sich eine variable Beinlängendifferenz von plus 2 cm links. Das heißt, dass das linke Bein vermeintlich 2 cm länger ist als das rechte. Doch wenn man genauer untersucht, so findet sich bei diesen Patienten ein Beckenschiefstand, was der wahre Grund der unterschiedlichen Beinlänge ist. Durch eine geschickte manualtherapeutische Behandlung lässt sich dieses Problem rasch beheben. Die Patientin steht mit einem weniger schmerzverzerrten Gesicht von der Untersuchungsfläche auf. Aber damit ist es noch lange nicht getan. Bei der Kontrolluntersuchung sind beide Beine nun gleich lang, aber das Muskelkettensyndrom bis hoch an die Halswirbelsäule ist damit noch lange nicht behoben. Ein chronischer muskulärer Hartspann über den großen Rückenstrecker lässt sich nicht in null Komma nichts aufheben. Die chronischen Bereiche lassen sich noch gut tasten, auch wenn unten das Becken und die Beine einigermaßen stimmen. Nun gilt es, diese chronischen Verspannungen der feinen Muskelfasern zu lösen.

Betrachten wir die Zunge von Margot, so ist diese feucht und zeigt keinerlei Belag.

Rotes Gesicht: Im Gesicht finden sich links und rechts neben den Nasenflügeln zwei große rote Flecken, etwas größer als 2-Euro-Münzen, welche sich laut Patientin nach körperlicher Anstrengung und bei seelischer Anspannung deutlich dunkelrot färben.

Rückenschmerzen: Beim Aufstehen vom Stuhl drückt die Patientin reflexartig mit der rechten Hand gegen ihren rechten unteren Rücken, was ihr eine deutliche Erleichterung bringt. Ich frage sie nach den Bauchkrämpfen. Hier gibt sie an, dass warme Auflagen (Wärmflasche, Heizkissen oder Kirschkernkissen) ihr guttun.

Draußen bei Regen, Wind und Kälte ist alles noch viel schlimmer, sodass sie es geradezu meidet nach draußen zu gehen. Ein heißes Vollbad brachte ihr auch bei den Rückenschmerzen während des Wochenendes ein wenig Linderung. Während des Bades war sie fast schmerzfrei doch keine 5 Minuten nachdem sich Margot im Badezimmer abgetrocknet hatte, zeigten sich die Rückenschmerzen wieder stärker als zuvor. Nachts war es mit einer Heizdecke im Rücken erträglich und sie konnte einigermaßen gut durchschlafen. Im akuten Stadium nimmt Margot Magnesium als „Heiße Sieben“ ein. Schon nach der Einnahme von 1–2 Tassen spürt sie eine Muskelentspannung am Rücken. Als sie drei Tage später zufällig in den Spiegel schaut, bemerkt sie, dass ihr Kopf



• Abb. 2.7 Antlitzzeichen und Zunge der Nr. 7, Magnesium phosphoricum

gerade ist. Der Rückenschmerz ist wie weggeblasen. Und in der letzten Nacht hat sie, welch Wunder, durchgeschlafen. Im späteren Verlauf der Therapie werden 3-mal täglich 2–3 Tabletten langsam im Mund zergehen gelassen. Es ist in manchen Haushalten fast schon Brauch, für einen erholsamen Schlaf 5 Tabletten abends vor dem Zubettgehen in warmem Tee aufzulösen und zu trinken. Im Verlauf der nächsten 6 Monate, berichtet mir die Patientin bei einem erneuten Besuch, konnte sie feststellen, dass die Nackenverspannungen sich restlos in Wohlgefallen aufgelöst hätten und auch die Bauchkrämpfe waren verschwunden. Inzwischen blieb infolge der Menopause die Regel aus. In der Gesamtbeurteilung wundert sich Margot C., warum ihr niemand vorher zu dem Schüßler-Salz Nr. 7 geraten hätte.

Das Wichtigste in Kürze

Steckbrief: Nr. 7, Magnesium phosphoricum D6

- Antlitz: sogenanntes „rotes Gesicht“; hellrote Flecken auf den Wangen, rechts und links neben den Nasenflügeln; Flecken treten bei Lampenfieber auf, auch „Verlegenheitsröte“
- Zunge: rein, kein Zungenbelag.
- Modalitäten: trockenes Wetter, Druck, Lagewechsel bessern; feuchtes, neblig-wetter und feuchte Umgebung verschlimmern die Beschwerden, die morgens stärker sind.

3.2 Magen- und Darmerkrankungen

In meiner Praxis stelle ich immer wieder fest, wie viele Menschen unter Störungen des Magen-Darm-Trakts leiden. Meistens waren sie, bevor sie dann zu mir kommen, schon bei einem Gastroenterologen, der zwar eine Magen- und/oder Darmspiegelung durchgeführt, oftmals aber nichts wirklich Richtungsweisendes gefunden hat. Der Patient leidet und erbittet Hilfe. Sicherlich muss man zuerst einmal versuchen, die psychovegetativen Einflüsse abzuschaffen. Wir leben in einer stressigen Zeit: Alltag, Familie, Beruf das alles unter einen Hut zu bringen geht an die Grenze der Belastbarkeit, und manchmal auch darüber hinaus. Kein Wunder, dass sich da der Magen meldet: mit Völlegefühl, Druck, Reizzuständen oder gar einer Entzündung. Diesen Stress abzuschaffen, erweist sich allerdings häufig als sehr schwierig.

Ob alt oder jung, egal in welchem Alter man sich befindet, mit den biochemischen Mitteln nach Dr. Schüssler lassen sich bei Erkrankungen im Magen-Darm-Trakt rasche Erfolge erzielen. Auch bei chronischen Leiden kann man Verbesserungen, wenn nicht gar Heilung, beobachten.

3.2.1 Allgemeine Empfehlungen

Ganz wichtig für Menschen, die Erkrankungen im Magen und/oder Darmbereich haben, ist ein geregelter Stuhlgang. Daher sollten die betroffenen Menschen regelmäßig viel Rohkost, Obst, Gemüse und Vollkornbrot essen und viel trinken. Eine alte Regel besagt, dass man jeden Bissen 32-mal kauen sollte, was ja genau der Anzahl unserer Zähne entspricht. Haben Sie das schon mal ausprobiert? Nein? Dann versuchen Sie es doch einmal! Die Speise möglichst klein zu kauen und damit auch möglichst lange im Mund zu behalten ist, besonders bei Rohkost, gar nicht so verkehrt, fängt doch die enzymatische Verdauung schon im Mund an. Aber in unserem Fast-Food-Zeitalter schlingen viele ihren Burger in null Komma nichts herunter und füllen ihren Magen mit leeren Kalorien. Dazu noch eine große Cola, und schon ist die Mahlzeit vorbei und es geht wieder zurück an die Arbeit. So sieht heutzutage leider allzu oft die Realität aus, mit Folgen, die das Gesundheitsbudget enorm belasten. Alleine die große Anzahl an Magensäureblockern, die mittlerweile verordnet werden, sollte uns aufhorchen lassen. Ein weitere Regel lautet: immer langsam essen, gut kauen, und lieber öfter kleinere statt selten große Portionen zu sich nehmen. „Alles in Maßen“ heißt die Devise, auch und besonders was Alkohol angeht. Hochprozentiges kann die Magenschleimhaut reizen und über kurz oder lang zum Magengeschwür führen. Auch sollte auf Gebratenes und Frittiertes wie auch zu fettiges Essen verzichtet werden.

3.2.2 Akute Übelkeit

Bei akuter Übelkeit mit oder ohne Erbrechen möchten die meisten meiner Patienten eine rasche Linderung. Bei solchen plötzlich auftretenden Beschwerden empfehle ich in der Therapie mit Schüssler-Salzen immer die Nr. 3, **Ferrum phosphoricum D 12** (► Kap. 2.3). Sind die Beschwerden gleich morgens aufge-

treten, so könnte auch eine starke emotionale Belastung vorliegen, welche statt der Nr. 3, Ferrum phosphoricum D 12, die Nr. 5, **Kalium phosphoricum D 6** (►Kap. 2.5), erfordert.

3.2.3 Übelkeit durch emotionale Belastung

Manche Menschen machen sich sehr viele Gedanken und könnten im Unterbewusstsein „unter Strom“ stehen. Für solche Zustände empfahl schon Dr. med. Wilhelm Heinrich Schüßler die Nr. 5, **Kalium phosphoricum D 6**. Auch in meinem Praxisalltag hat sich das Mittel in vielen Fällen bewährt. Nicht nur Schulkinder leiden unter emotionalen Belastungen, auch viele Büromitarbeiter und gestresste Manager können vom Einsatz der Nr. 5, Kalium phosphoricum D 6, profitieren. In meiner Praxis erlebe ich oft, dass ich im Therapieverlauf die Potenz des Schüßler-Salzes erhöhen muss. Es empfiehlt sich dann zunächst die D 12, in seltenen Fällen später auch die D 30 einzusetzen.

Fallbeispiel

Marion, eine 41-jährige Chefsekretärin, litt immer wieder unter einer morgendlichen Übelkeit, vornehmlich dann, wenn sie daran dachte, was die Woche alles an Aufregung bringen würde.

Ihr empfahl ich das Schüßler-Salz Nr. 5, **Kalium phosphoricum D 6**. Dies ist das Mittel für unser vegetatives, nicht willentlich beeinflussbares Nervensystem. Egal ob Herzneurosen oder Prüfungssituationen, Melancholie oder Unlust zu geistiger Tätigkeit (häufig nicht nur bei Schülern), Kräfteverfall oder Angstgefühle mit Herzklopfen bei all diesen Beschwerden kommt das Schüßler-Salz Nr. 5 zum Einsatz. Marion bekam dieses Salz nun im 10-Minuten-Takt verordnet. Schon nach einer Dreiviertelstunde war ihr Zustand wesentlich besser. Nach etwa anderthalb Stunden waren die Beschwerden verschwunden. Seither greift die Patientin immer dann, wenn sich eine morgendliche Übelkeit zeigt, zu Kalium phosphoricum D 6.

3.2.4 Bauchkrämpfe

Für alle Krämpfe im Bauch, ob Galle, Darm oder Nieren, wendet man mit sehr großem Erfolg das Schüßler-Salz Nr. 7, **Magnesium phosphoricum D 6** (►Kap. 2.7), an. Im akuten Zustand löst man 10 Tabletten, 20 Globuli oder 20 Tropfen in einem großen Glas warmen Wasser (200 ml) auf („Heiße Sieben“) und trinkt alle 5–10 Minuten einen Schluck, so lange bis eine Besserung eintritt. Dann können die Abstände deutlich vergrößert werden. Wer die Nr. 7 braucht, leidet auch unter Magenkrämpfen und Koliken im Bauchraum, die meist zum Nabel hin ausstrahlen und sich durch Zusammenkrümmen bessern. Aber auch Druck und warme Anwendungen lindern die Symptome.

Merke: Bei dem Beschwerde-Trio Magenleiden, Magenkrampf und Kolik ist die Nr. 7 unser Hauptsalz. Selbstredend sollte hier darauf hingewiesen werden, dass man bei diesem Beschwerdebild nicht zu lange warten sollte, um einen Arzt zu konsultieren, falls keine Besserung eintritt.

Auch wenn krampfartige Magenschmerzen vorliegen und der Erkrankte viel Luft im Oberbauch beklagt, wobei ein Luftaufstoßen keine Erleichterung bringt, so denke man an die Nr. 7, **Magnesium phosphoricum** D6, am besten gleich in der Anwendung der „Heißen Sieben“. Wer unter chronischen Bauchkrämpfen leidet, dem rate ich, wenn er zu mir in die Praxis kommt, gern, über mehrere Wochen regelmäßig das Schüßler-Salz Nr. 7 anzuwenden beispielsweise, indem täglich 5-mal 5 Tabletten eingenommen werden.

Fallbeispiel

Seit Monaten litt die 34-jährige Johanna unter immer wiederkehrenden Bauchkrämpfen. Sie wurde von ihrem Hausarzt schon mehrfach von Kopf bis Fuß untersucht. Auch eine Magen- und eine Darmspiegelung hatte sie bereits hinter sich ohne irgendeinen pathologischen Befund. Die Patientin wurde aus heiterem Himmel immer wieder von äußerst schmerzhaften Bauchkrämpfen überfallen. Sie musste sich dann hinlegen und die Beine anziehen das helfe ihr am besten, erzählte sie mir bei ihrem Besuch in meiner Praxis. Außerdem beruhigte sich ihr Bauch ein wenig, wenn sie einen Fenchel-Anis-Kümmel-Tee trank.

Fallbeispiel

Ein weiterer Fall war Holger. Eines Nachts setzten bei ihm starke Bauchschmerzen ein, gefolgt von sehr starken Blähungen.

In beiden Fällen empfiehlt sich die Nr. 7, **Magnesium phosphoricum** D6, angewendet als „Heiße Sieben“. Hierfür werden 5–10 Tabletten am besten in heißem Wasser aufgelöst und in kleinen Schlucken ausgetrunken. Ich habe immer wieder in meiner Praxis beobachten können, wie rasch eine Besserung eintritt.

3.2.5 Bauchschmerzen bei Kindern

Besonders Kinder klagen häufig über Bauchschmerzen. Bis zu einem Alter von fünf Jahren können Kinder aber nicht genau angeben, wo sich ein Schmerz verbirgt und zeigen deshalb oftmals nur auf den Bauch. Hals- und Ohrenscherzen müssen in diesen Fällen erst durch einen Arzt ausgeschlossen werden. Meistens helfen Hausmittel wie der Anis-Fenchel-Kümmel-Tee oder eine Wärmflasche, die auf den Bauch gelegt wird. Auch sanfte, kreisende Massagebewegungen des Kinderbauchs lösen oft das Problem. Wenn die Bauchschmerzen länger als sechs Stunden anhalten, sollte ein Arzt kontaktiert werden, ebenso wenn sich der Zustand des Kindes rasch verschlechtert, der Bauch sehr hart ist und beim Anfassen schmerzt.

3.2.6 Sodbrennen

Sodbrennen quält sehr viele Menschen. Als Erstes sollten Sie den Patienten hier zu seinen Essgewohnheiten befragen. Spätabends fettig zu essen möglicherweise in Kombination mit Alkohol kann nachts dazu führen, dass man das

Gefühl hat, man habe einen Drachen verschluckt. Damit die Belegzellen des Magens, die die Salzsäure bilden, wieder in einen harmonischen Zustand versetzt werden, sollten Patienten die Nr. 9, **Natrium phosphoricum D6** (►Kap. 2.9), lutschen anfangs stündlich 1 Tablette. Tritt dann eine Besserung ein, so werden die Abstände vergrößert und es ist ratsam, die Einnahme für etwa 8–10 Tage mit 3-mal einer Tablette fortzuführen. Wichtig ist es dabei, den Patienten immer wieder dazu anzuhalten, eine regelmäßige Nahrungsaufnahme zu betreiben, spät am Abend nichts Fettiges mehr zu essen und natürlich auch den Alkoholkonsum einzuschränken.

Auch gerade ältere Menschen mit Rheuma und Gicht klagen nicht selten über Sodbrennen, oftmals haben sie auch saures Erbrechen. Fettige Speisen werden schlecht vertragen. Sie beklagen Gärungsstühle, welche 2- bis 3-mal täglich abgesetzt werden. Ein säuerlich riechender Körpergeruch breitet sich in ihrer Umgebung aus. Trotz Waschen wird dieser Geruch nicht besser. Das wundert auch nicht, denn diese Patienten sind infolge mangelnder Ausscheidungsfähigkeit ihres Organismus sehr stark mit sauren Stoffwechselprodukten „angefüllt“. Die Zunge ist wie bei der Nr. 4 weiß belegt, doch im Gesicht findet sich eine „rote Säuremaske“, was auf die Nr. 9, Natrium phosphoricum D6, hindeutet. Wird nun die Nr. 9, 3-mal täglich über lange Zeit gegeben und zusätzlich die Ernährung im Sinne einer vollwertigen Kost umgestellt, so tritt schon nach wenigen Wochen eine deutliche Verbesserung der Gesamtsituation ein. Die Menschen blühen förmlich auf, werden munter und aktiv, nehmen wieder mit großer Begeisterung am Alltagsgeschehen teil und haben oftmals über eine Verbesserung ihrer Gedächtnisleistung berichtet. Dabei ist es egal, wie alt sie sind. Neben den Beschwerden im Magen-Darm-Trakt bessert sich auch ein „Brummschädel“ und sie sind nicht mehr so anfällig für Witterungseinflüsse. Eine Wärmflasche auf dem Bauch, unter der zuvor mit der Salbe Nr. 9 eingerieben wurde, macht ein kleines Mittagsschläfchen zur Wellness-Kur. Auch chronische Reizungen der Gallenwege können sich unter der Anwendung der Nr. 9 bessern und das Sodbrennen restlos verschwinden lassen. Ebenso werden chronische rheumatische Muskel- und Gelenkschmerzen, welche sich stets zur kaltnassen Jahreszeit einstellen, besser.

3.2.7 Akute Magenschleimhautentzündung

Eine akute Gastritis wird oft im Alltag als „Magenverstimmung“ gewertet. Meist ist die Zunge dick belegt, jeglicher Appetit fehlt und der Patient leidet unter Mundgeruch, oft einhergehend mit Sodbrennen. Benommenheit und Kopfschmerzen treten nicht immer auf, zählen aber zu den häufigsten Begleitscheinungen. Ab und an bemerkt er ein Kollern im Leib, einen unangenehmen Druck oder Schmerz im Magen oder gar einen Krampf. Diese meist krampfartigen Schmerzen können sehr heftig sein. Manchmal zeigen sie sich gleich nach dem Aufstehen oder nach wenigen Bissen einer Mahlzeit. Zeitweise kommt es zu Übelkeit mit oder ohne Erbrechen und der Betroffene fühlt sich matt. Das Hauptmittel bei Besserung durch Druck in die Magengrube ist die Nr. 7, **Magnesium phosphoricum D6**, wenn kein Zungenbelag vorliegt. Das Trinken von

▣ Tab. 3.4 Schüßler-Salze bei Magenschleimhautentzündung

Hauptmittel	Symptome	Antlitzzeichen
Nr. 7, Magnesium phosphoricum D 6	<ul style="list-style-type: none"> ■ Meist krampfartige, heftige Schmerzen nach dem Aufstehen oder mit dem ersten Bissen einer Mahlzeit, ■ Besserung durch Druck in die Magengrube, ■ Trinken von warmem Tee bessert die Beschwerden, ■ warme Auflagen helfen 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Zunge ist rein ohne Zungenbelag, ■ hellrote Flecken auf den Wangen, „Verlegenheitsröte“
Nr. 4, Kalium chloratum D 6	<ul style="list-style-type: none"> ■ Meist krampfartige, heftige Schmerzen nach dem Aufstehen oder mit dem ersten Bissen einer Mahlzeit, ■ weiße, weiß-graue oder weiß-schleimige, zähflüssige Absonderungen oder Beläge, ■ Trinken von warmem Tee bessert die Beschwerden, ■ warme Auflagen helfen 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Dicker weißer Zungenbelag, ■ blasses Antlitz, ■ milchig-bläuliche Färbung der Haut am Augenlid, „Alabasterhaut“
Nr. 6, Kalium sulfuricum D 6	<ul style="list-style-type: none"> ■ Beschwerden meist abends, in warmen geschlossenen, miefigen Räumen schlimmer, ■ Hautjucken, welches abends schlimmer wird, ■ frische kühle Luft verschafft Linderung 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Gelblich-schleimiger Belag auf der Zunge, ■ traurige und ängstliche Stimmung, ■ Gesicht bräunlich-gelb bis braun-gelb verfärbt

warmem Tee bessert die Schmerzen rasch. Man nimmt entweder alle 5–10 Minuten 1 Tablette oder trinkt das Mittel als „Heiße Sieben“. Nach Besserung der Beschwerden werden die Abstände zwischen den Einnahmen vergrößert.

Ist die akute Magenschleimhautreizung mit beträchtlichem Fieber verbunden, so spricht man auch vom „gastrischen Fieber“, bei dem alle Symptome verstärkt auftreten. Für diesen Zustand bietet sich das Schüßler-Salz Nr. 3, **Ferum phosphoricum** D 12, an, vor allem wenn der Magen aufgetrieben und schmerzhaft ist und kalte Getränke vorübergehend eine leichte Besserung bringen. Alles ist schlimmer nach dem Essen und bei Druck auf die Magenregion. Übelkeit und Speiserbrechen bald nach dem Essen sind charakteristisch. Warme Umschläge bringen eine deutliche Besserung.

Zeigt sich ein dicker weißer Zungenbelag und ein blasses Antlitz, so findet stattdessen die Nr. 4, **Kalium chloratum** D 6, Anwendung. Die Nr. 4 ist das Hauptmittel für das zweite Entzündungsstadium, welches mit weißen, weiß-

grauen oder weißschleimigen zähflüssigen Absonderungen oder Belägen einhergeht. Der Patient würgt weißen Schleim aus und verträgt keine fetten oder gar gewürzten Speisen, ähnlich wie bei der Nr. 9, Natrium phosphoricum D 6. Schmerzen im Bereich des rechten Oberbauches (Leber) gehen oft mit Blähungen einher, ihr Abgang bringt Besserung. Das Aufstoßen der Gase hinterlässt einen üblen, fetten Geschmack und nicht selten liegt eine chronische Magenschleimhautentzündung vor. Es ist auch das passende Mittel, wenn die Entzündung oder gar eine Geschwürbildung im nächsten Abschnitt des Magen-Darm-Trakts, nämlich dem Zwölffingerdarm, vorliegt. Wie auch bei der Nr. 7 bessert das Trinken von warmen Getränken die Beschwerden, ebenso tun warme Bauchauflagen gut mit dem Unterschied, dass der Patient hier einen weißen Zungenbelag aufweist. So können wir rasch zwischen der Nr. 7, Magnesium phosphoricum D 6 und der Nr. 4, Kalium chloratum D 6 unterscheiden.

Findet sich auf der Zunge ein gelber Belag und ist der Patient traurig und ängstlich, sollte die Nr. 6, **Kalium sulfuricum** D 6, gewählt werden. Bei Patienten, die Kalium sulfuricum brauchen, werden die Beschwerden meist gegen Abend und in warmen geschlossenen, miefigen Räumen schlimmer. Auch hat die Haut im gesamten Gesicht eine gelbe Farbe angenommen. Ein weiteres Zeichen ist Hautjucken, welches ebenso abends schlimmer wird. Im Oberbauch herrschen Druck und Völlegefühl und frische kühle Luft verschafft Linderung, so dass diese Menschen abends gerne an die frische Luft gehen und noch einen kleinen Abendspaziergang machen.

Auch, wenn das akute Geschehen abgeklungen ist, ist die aufgewühlte und entzündete Magenschleimhaut noch lange nicht abgeheilt. Mitunter finden sich bei einer Magenspiegelung manchmal kleine oder gar große Geschwüre. Ebenso sollten sich Patienten mit immer wiederkehrenden Magenbeschwerden einer Gastroskopie unterziehen, um rechtzeitig bösartige Veränderungen auszuschließen oder diese frühzeitig zu entdecken.

Völlegefühl

Fallbeispiel

Heiner, ein 38-jähriger Fernfahrer, kam in meine Praxis und klagte über ein Völlegefühl, das immer wieder auftrat. Betrachtete man Heiners Zunge, so fand sich ein dicker gelber Belag, und abends, etwa ab 18:00 Uhr, war er immer schlapp und müde.

Das alles weist auf das Schüßler-Salz Nr. 6, **Kalium sulfuricum** D 6, hin. Davon sollte er anfangs 6-mal täglich 1 Tablette lutschen. Schon nach 10 Tagen berichtete er über eine deutliche Besserung. Nach einem Monat waren alle seine Beschwerden verschwunden und auch sein Zungenbelag war weg. Leider geht es aber nicht immer so rasch. Mitunter brauchen wir Monate, um eine dauerhafte Besserung zu erreichen.

3.2.8 Wenn das Essen Schmerzen verursacht

Bereitet die geringste Speisenaufnahme größte Schmerzen, ebenso das Trinken kalten Wassers, und kommt es zu Blähungen und Aufstoßen nach dem Trinken, so fällt die Wahl auf die Nr. 2, **Calcium phosphoricum** D6. Es fühlt sich an, als sei der Magen voller Gase, wie auch während einer Schwangerschaft auftretend. Die Nr. 2 fördert die Verdauung und bewirkt gerade bei sehr blassen, anämischen Menschen mit einem Magenleiden eine rasche Besserung des Beschwerdebildes.

3.2.9 Chronische Magenschleimhautreizung

Nach einer Therapiemöglichkeit bei einer chronischen Magenschleimhautreizung werde ich meistens dann gefragt, wenn diese als akutes Geschehen in Erscheinung tritt. Um diese akute Schmerzsymptomatik zu verbessern, verordne ich dann das Schüßler-Salz Nr. 9, **Natrium phosphoricum** D6, in Kombination mit Kartoffelfrischpflanzensaft. Der Saft kann überschüssige Magensäure abpuffern. Man nimmt bis zu 6-mal täglich 10 ml, am besten mit Kamillentee oder Anis-Fenchel-Tee verdünnt, ein. Von der Nr. 9 lässt man bei akuten Beschwerden stündlich 1 Tablette auf der Zunge zergehen.

Chronische Magenschleimhautreizungen bei Patienten mit rheumatischen Beschwerden oder auch nach starkem Alkoholmissbrauch bessern sich meist nach kurzer Zeit unter der Gabe des Schüßler-Salzes Nr. 11, **Silicea** D12. Oft liegt eine Appetitlosigkeit vor, ja sogar ein regelrechter Ekel, oder Heißhunger mit starkem Durst und einem Widerwillen gegen gekochte Speisen. Aufstoßen und bitteres Erbrechen prägen das Krankheitsbild. Interessanterweise berichten die Patienten von einem Zurückschlupfen des Stuhles beim Stuhlgang, nachdem er halb ausgetreten war. Auch kann eine Verstopfung vorliegen.

In früheren Zeiten ging man davon aus, dass einer chronischen Magenschleimhautreizung meist eine Störung der elastischen Fasern des Bindegewebes zugrunde liege und dies zu einer Magenerweiterung und/oder einer Magen-senkung führen könne. Bei rechtzeitigem Einsatz der Nr. 1, **Calcium fluoratum** D12, kann man dem ganzen Übel rechtzeitig einen Riegel vorschieben und das Geschehen positiv



o **Abb. 3.3** Menschen mit Lactoseintoleranz können auch die homöopathische Dilution verwenden (► Kap. 1.6).

beeinflussen. Dieses Mittel sollte übrigens bei allen Formen der chronischen Magenschleimhautentzündung stets nebenher in seltenen Gaben gereicht werden.

Patienten mit einer Milchzuckerunverträglichkeit empfehle ich stündlich 5–10 Tropfen der alkoholischen homöopathischen Darreichungsform einzunehmen, bis sich eine deutliche Besserung zeigt.

3.2.10 Magengeschwür

Ein Magengeschwür bedarf unbedingt der ärztlichen Abklärung. Die Therapie kann aber mit Schüßler-Salzen wirksam unterstützt werden. Das wichtigste Salz bei jeder Art von Magengeschwüren ist die Nr. 5, **Kalium phosphoricum** D6. Es beruhigt die Magennerven und lässt Entzündungen rasch abklingen. Generell sollten Schüßler-Salz-Gaben mit einer sinnvollen magenfreundlichen Kost kombiniert werden. In der Antlitzdiagnostik finden sich meist ein gelber Zungenbelag und aufgrund von Fäulnis- und Gärungsprozessen im Magen-Darm-Trakt ein starker Mundgeruch (Foetor ex ore). Eine banale Stuhlprobe auf Fäulniskeime oder einen Mangel an säurebildenden Keimen (Gärung) kann hier möglicherweise den Hinweis geben, dass das physiologische Darmmilieu massiv gestört ist und deshalb der Speisebrei eine zu lange Verweildauer im Verdauungstrakt hat, was zu Gär- und Fäulnisprozessen führt.

3.2.11 Gastroenteritis

Unter einem Darmkatarrh versteht man meist ein Rumoren, Kollern und Knurren im Leib, verbunden mit Durchfall und zum Teil mit Fieber und Bauchschmerzen (Koliken). Oft geht ein sogenannter Magenkatarrh mit einem Unwohlsein und Erbrechen voraus oder beides tritt in Kombination auf. Man spricht dann von einer sogenannten Gastroenteritis. Ist nur der Dickdarm betroffen, mit Brennen im After, Stuhl drang oder Stuhlzwang und der abgesetzte Stuhl zeigt sich knotig mit Blut und Schleim, liegt meist eine Colitis ulcerosa, also eine flächenhafte Entzündung des Dickdarms vor.

3.2.12 Reizdarmsyndrom

Bei dem heute so bezeichneten „Reizdarm“, der in alten Lehrbüchern noch unter dem Begriff des „chronischen Darmkatarrhs“ zu finden ist, besteht meist ein Krankheitsbild mit Durchfall und Verstopfung oder Verstopfung unter Abgang von viel Schleim. Die Ursachen für all diese Erscheinungsformen können vielfältig sein. Meist liegen Fehler in der Ernährung vor wie z. B. zu kalte Getränke im Sommer oder der Verzehr von noch halb rohen Fleischspeisen, die verdorben sind. Aber auch Salmonellen können als Auslöser mitverantwortlich sein. Dann handelt es sich nicht um einen klassischen Reizdarm, sondern um eine bakterielle Infektion, die ärztlich behandelt werden muss. In unserer schnelllebigen Zeit sind viele Menschen permanentem Stress ausgesetzt, der ebenfalls als Auslöser von Reizdarmerkrankungen infrage kommt. Liegt dem sogenannten Reizdarm keine bakterielle Infektion zugrunde, so lassen sich die Beschwerden oftmals in kurzer Zeit durch die Behandlung mit Schüßler-Salzen bessern. Beim chronischen Darmkatarrh mit Verstopfung und erhöhten Harnsäurewerten wähle man Nr. 11, **Silicea** D 12.

Gespür dafür, wann welche Methode am besten und am schnellsten zum Erfolg führen kann. Und dann gibt es immer wieder die Momente, wo nichts funktioniert und Sie sich den Kopf zermartern, warum das so ist.

Das ist leider auch mein ärztlicher Alltag. Also, seien Sie nicht betrübt darüber, wenn manchmal eine Technik oder eine Methode nicht zum Erfolg führt, sondern haben Sie Hoffnung in jeden neuen Fall, den es zu lösen gilt. Im Apothekenalltag haben Sie natürlich nicht die Möglichkeiten, die ein Arzt hat. Doch Sie können Tipps und Anregungen geben. Zeigen Sie Ihren Kunden Alternativen auf und schaffen Sie Vertrauen. Gerade Lähmungen sind ein Gebiet, auf dem die konservative Medizin nicht viele Alternativen zu bieten hat, vornehmlich dann nicht, wenn man nicht operativ vorgehen kann. Ich sage zu meinen Patienten immer: „Lassen Sie nichts unversucht und geben Sie auch alternativen Heilmethoden eine Chance!“

4.7 Add-on bei Lebererkrankungen

Erhöhte Leberwerte stellen ein Warnsignal dar und sollten immer abgeklärt werden. Es werden hier die dafür wichtigen Schüßler-Salze vorgestellt, um die Leber zu kurieren und erklärt, wie Sie dazu beitragen können, die Leber Ihrer Kunden gesund zu erhalten oder wieder gesunden zu lassen.

4.7.1 Anatomie und Funktion der Leber

Die Leber ist die größte Drüse des menschlichen Organismus und befindet sich im rechten Oberbauch, gut geschützt durch den Rippenbogen. Sie besitzt viele Milliarden Zellen, welche in 24 Stunden mehr als 600 Liter Blut filtrieren. Dieser Zellverband kann sehr vieles verarbeiten und entgiften, was ihm über das Pfortadersystem zugeführt wird. Über dieses gelangen alle Bestandteile unserer Nahrung, welche über den Darm aufgenommen wurden, zur Weiterverarbeitung in die Leber. Aber auch Umweltgifte, Pflanzenschutzmittel und vieles mehr, die mit der Nahrung in unseren Organismus gelangen, landen in den Leberzellen und müssen von da wieder „entsorgt“ werden.

Um Ihnen den Entgiftungseffekt der Leber besser vor Augen zu führen, schauen wir uns einen Versuch des russischen Wissenschaftlers und Nobelpreisträgers Iwan Petrowitsch Pawlow (1849–1936, Mediziner und Physiologe) an: Er nahm für sein Experiment zwei Hunde. Dem einen Hund verabreichte er eine tödliche Menge Gift in die Vene, wohingegen er dem anderen Hund die gleiche Dosis in die Pfortader injizierte. Der erste Hund erlag dem Gift, der zweite jedoch reagierte in keinsten Weise darauf. Es musste ihm die fünffache Dosis in die Pfortader eingespritzt werden, um eine deutliche gesundheitliche Schädigung hervorzurufen. So stark ist also die entgiftende Wirkung einer gesunden Leber!

4.7.2 Die Leber in der traditionellen chinesischen Medizin

Seit Jahrtausenden gilt in der traditionellen chinesischen Medizin (TCM), dass sich im Auge die Leber öffnet und der gesamte Bewegungsapparat mit seinen Muskeln, Sehnen und Bändern unter dem Einfluss der Leber steht. Das klingt zuerst ungewohnt, doch wenn man darüber nachdenkt, so hatten die alten chinesischen Ärzte tatsächlich eine sehr hohe Beobachtungsgabe, welche uns in der heutigen, schnelllebigen Zeit scheinbar verloren ging. Wenn Erkrankungen am Auge auftreten, so kann das ein Zeichen einer energetischen Störung der Leber sein. Wird dann die Leber gestärkt, werden oftmals auch die Krankheits-symptome am Auge mit der Zeit besser und verschwinden im wahrsten Sinne des Wortes zusehends. Um das zu verdeutlichen möchte ich ein Beispiel aus dem Alltag anführen: Wenn in Ihrem Haushalt die Sicherung rausgeflogen ist, hat es keinen Sinn, die Glühbirne auszutauschen, den Lichtschalter mehrfach zu betätigen oder gar auszutauschen, in der Hoffnung, die Lampe fängt wieder an zu leuchten. Wir müssen also die Ursache im Sicherungskasten suchen und dort agieren. Übertragen wir das Beispiel auf unseren Körper, so ist die Glühbirne in unserem Fall das Auge und die Sicherung die Leber.

Organuhr: Nach Erkenntnissen der TCM (Energieumlauf oder die Chinesische Organuhr) ist die Leberzeit nachts zwischen 1:00 und 3:00 Uhr (►Kap. 1.5.4). Patienten, welche in diesem Zeitraum erwachen sind die sogenannten „Leberschwächlinge“. Bei ihnen sollte man den Energiefluss durch das entsprechende Schüßler-Salz wieder zum Fließen bringen. Schon nach wenigen Tagen wird der Schlaf durchgehend und erholsamer, denn das Leberfeuer wurde harmonisiert. Ob das in Form von Akupunktur geschieht, oder mit der Kraft der potenzierten Schüßler-Salze ist egal. Ihr Patient wird Ihnen für entsprechende Beratungstipps danken!

4.7.3 Krankheitsbilder

Lebererkrankungen (Entzündungen, Verhärtungen, Krebserkrankungen) können einzeln auftreten oder auch zusammen mit Gallenbeschwerden. Die Leber ist außerdem an Erkrankungen des Kopfes (Migräne), des Auges, des Magens, des Darmes (Obstipation) und bei Erkrankungen des Bewegungsapparates (Rheuma, Arthritis) beteiligt. Sie spielt auch eine große Rolle bei grippalen Infekten und Hautleiden.

Die Leber und die Müdigkeit

Vielen ist bekannt, dass Leberschäden durch Alkohol, Gifte, Medikamente oder durch Viren verursacht werden können. Aber den wenigsten ist bewusst, dass die ersten Krankheitszeichen wie Müdigkeit, Abgeschlagenheit und Konzentrationsstörungen etwas mit der Leber zu tun haben. Wenn die Leber überanspruchert wird, kann sie ihre Aufgaben nicht mehr voll erfüllen und wir fühlen uns schlapp und müde. Da die Leber primär keine Schmerzen bereitet, ist der „Schmerz“ der Leber somit die Müdigkeit. Eine natürliche Ernährung unterstützt die Leberfunktion. Völlegefühl ist auch ein Zeichen mangelnder Tätigkeit

der Leber und Bauchspeicheldrüse. Der oft mit Blähbauch einhergehende Zustand lässt unter dem Einfluss der Nr. 7, **Magnesium phosphoricum** D6 (► Kap. 2.7), am besten als „Heiße Sieben“, oftmals nach. Gegebenenfalls kann das Mittel auch über einige Tage genommen werden, bis die Beschwerden abgeklungen sind. Bei chronischen Leiden sollte immer ärztlicher Rat eingeholt werden, da auch andere schwerwiegende Erkrankungen dahinterstecken könnten.

Krampfartige Leberschmerzen

Leidet der Patient unter krampfartigen, stechenden Leberschmerzen, die zum rechten unteren Schulterblattwinkel ausstrahlen und ist dazu noch extrem berührungsempfindlich im Bereich des rechten Oberbauches, dann empfehlen Sie Ihrem Kunden im akuten Stadium das Schüßler-Salz Nr. 7, **Magnesium phosphoricum** D6. Die Einnahme von 1 Tablette sollte viertel- bis halbstündlich erfolgen und zwar so lange, bis eine deutliche Besserung eintritt. Dann werden die Abstände vergrößert. Typischerweise tritt auch ein Kopfschmerz an der rechten Augenbraue auf, der sich unter Umständen sogar zu einer Migräne entwickeln kann.

Geschmacksstörungen

Nicht selten beschreibt der Betroffene einen bitteren Geschmack im Mund. Gerade der veränderte Mundgeschmack ist für den Kranken oft sehr belastend. Das Schüßler-Salz Nr. 10, **Natrium sulfuricum** D6, (Glaubersalz) wird oft mit großem Erfolg (Dosierung: 3- bis 6-mal täglich 1 Tablette auf der Zunge zergehen lassen) angewendet, wenn neben dem bitteren Geschmack eine Zunge mit schmutzig bräunlich grünem Belag, Melancholie und Depression vorliegen. Nicht selten hat der Betroffene auch einen aufgeblähten Bauch und gibt an, unter morgendlichen Durchfällen zu leiden.

Hepatitis und Leberzirrhose

In Indien werden viele Patienten übrigens sogar im akuten Stadium einer Leberentzündung (Hepatitis) mit diesen hier genannten Heilmitteln kuriert. Die Homöopathie und dazu zählen die Schüßler-Salze auch in Indien ist übrigens dank Mahatma Gandhi (1869–1948), indischer Rechtsanwalt, Widerstandskämpfer, Asket und Pazifist, als Staatsmedizin dort anerkannt. Selbst weit fortgeschrittene Leberzirrhosen können sich durch die Anwendung des Schüßler-Salzes Nr. 6, **Kalium sulfuricum** D6, in der Dosierung 3- bis 6-mal täglich die Begleitumstände verbessern, vorausgesetzt die auslösenden Faktoren werden gemieden. Typischerweise treten bei diesen Patienten Beschwerden in warmen, geschlossenen Räumen und am Abend verstärkt in den Vordergrund, wohingegen frische kühle Luft eher Linderung verschafft.

Sie können bei fast allen chronischen Krankheiten davon ausgehen, dass in irgendeiner Weise die Leber mittelbar oder unmittelbar daran beteiligt ist.

Gestörter Eiweißhaushalt

Gerade Leberpatienten haben nicht selten einen gestörten Eiweißhaushalt. Da bietet sich die Nr. 2, **Calcium phosphoricum** D6, zur Eiweißneubildung an. Es

ist das biochemische Kräftigungsmittel par excellence. Auffallend ist, dass Patienten, welche die Nr. 2, Calcium phosphoricum, benötigen über einen süßlichen Mundgeschmack berichten. Die Zunge ist dick und weiß belegt. Bei feuchtkaltem Wetter, nachts und in Ruhe sind alle Beschwerden schlimmer. Diese Patienten lieben warmes trockenes Wetter! Mit der Nr. 2 können häufig nächtliche Muskelschmerzen gebessert werden. Empfehlen Sie Ihren Kunden, alle 1–2 Stunden 2–3 Tabletten auf der Zunge zergehen zu lassen. So klingt das Beschwerdebild rasch ab. Selbstredend können die beiden Salze Nr. 6, **Kalium sulfuricum** D 6, und Nr. 2, Calcium phosphoricum D 6, im täglichen Wechsel mit 3-maliger täglicher Gabe empfohlen werden. Als Zwischenmittel kann die Nr. 7, **Magnesium phosphoricum** D 6, ohne weiteres fungieren. Hier können Sie die Dosierung 5-mal täglich 5 Tabletten über mehrere Tage empfehlen, so lange, bis eine deutliche Besserung (Muskelentspannung) eingetreten ist. Dann werden die Einzelgaben reduziert auf 3-mal täglich 1 Tablette.

Gallenblasenreizung

Bei akuten Lebererkrankungen findet sich nicht nur eine Reizung der Gallengänge innerhalb der Leber, sondern meist leiden die Betroffenen auch unter einer Reizung der Gallenblase. Patienten beklagen einen ständigen Druckschmerz im rechten Oberbauch. Nahrungskarenz verbessert oft das Beschwerdebild, sodass stationäre Aufenthalte notwendig sind, bei welchen die Patienten parenteral ernährt werden.

Fettleber

Folgender Fall aus meiner Praxis wird Ihnen verdeutlichen, wozu die Schüßler-Salze, hier insbesondere die Nr. 10, **Natrium sulfuricum** D 6 und die Nr. 6, **Kalium sulfuricum** D 6, im Stande sind.

Fallbeispiel

Ein 64-jähriger Patient berichtete in der Sprechstunde, dass bei ihm seit Jahren erhöhte Leberwerte festgestellt worden sind. Auch fand kürzlich eine Sonografieuntersuchung des Oberbauches statt. Diese ergab zu allem Übel auch den Hinweis auf eine Fettleber. Der Patient ist zwar normalgewichtig, beklagt jedoch eine ausgeprägte Müdigkeit, und das nicht nur am Morgen (= unerquicklicher Schlaf). Neben einem schmutzig braun-grünlichen Zungenbelag zeigt sich in seinem Antlitz eine grün-gelbliche Rötung.

Ich schlage ihm vor eine Kur mit dem Schüßler-Salz Nr. 10 D 6 durchzuführen. Er sollte 3-mal täglich 1 Tablette langsam auf der Zunge zergehen lassen. Nach sechs Wochen erschien er erneut in der Sprechstunde. Seine Gesichtsfarbe hatte sich ganz ins Gelbe verändert, doch die Müdigkeit blieb im Großen und Ganzen fast unverändert weiter bestehen. Ich sah den Anlass, zur Nr. 6, Kalium sulfuricum D 6, zu wechseln, da auch der Zungenbelag nun ganz gelb war. Interessanterweise ergab eine Labordiagnostik eine Verbesserung der erhöhten Leberwerte (GOT, GPT, μ GT). Zusätzlich wurde der Patient angehalten 3-mal wöchentlich zusätz-

lich Leberwickel mit der Salbe Nr. 6 durchzuführen. Nach weiteren neun Wochen stellte sich der Patient erneut in der Sprechstunde vor. Allein sein Hautkolorit war so gesund wie seit Jahren nicht mehr. Er bestätigt, dass er wieder mehr Lebensfreude und Schwung habe. Auch die ihn quälende Müdigkeit war restlos verschwunden. Eine sonografische Untersuchung der Leber erbrachte eine rückläufige Leberverfettung. Die Laborwerte waren nun alle normal. Es gilt abzuwarten. Aber als Add-on-Therapie können Sie Ihren Kunden mit oder ohne Leberenzym-erhöhung die Schüßler-Salze mit gutem Gewissen empfehlen!

4.7.4 Leberwickel

Starkes Jucken der Haut bei einem Lebergeschehen kann mit der Schüßler Salbe Nr. 6, **Kalium sulfuricum**, erfolgreich gemildert oder gar vollständig beseitigt werden. Ganz wichtig sind die Leberwickel, für welche sich die Leberauflagen mit Kalium sulfuricum Salbe auf dem rechten Oberbauch als wirksam erwiesen haben. Gerade nach dem Mittagmahl bietet es sich an, solch einen Salbenwickel zu machen und ein halbes Stündchen zu ruhen. Oftmals schlafen die Patienten tief und fest ein und erwachen erholt und voller Energie aus dem Schlaf. Neben einem bräunlich gelb bis braun gelben Antlitz zeigen sich an der Haut viele Sommersprossen, Leberflecke und im Volksmund so genannte Altersflecken, vergesellschaftet mit einem gelblich-schleimigen Zungenbelag.

4.7.5 Phytotherapie

Schüßler-Salze können auch mit Phytotherapie kombiniert werden. Dies trifft vor allem bei Lebererkrankungen zu.

Mariendistel

Das Hauptregenerationsmittel der Leber aus der Phytotherapie ist die **Mariendistel** (*Carduus marianus*), welche als Trockenextrakt der Mariendistelfrüchte (z. B. Legalon[®]) am besten mit 400 mg zur Nacht angewendet wird. Denn nachts zwischen 1:00 und 3:00 h wird die Leber nach der TCM-Lehre von der Energie des Chi durchflutet. Die Patienten wachen häufig zu dieser Zeit auf. Oftmals sind die Laborwerte unverändert. Mariendistel-extrakt kann diese gestörte Lebensenergie wieder in Schwung bringen.

Frischpflanzensäfte

Neben den Schüßler-Salzen kann über vier Wochen eine Frischpflanzensaftkur zur Anregung des Stoffwechsels angewendet werden. Diese

● **Abb. 4.3** Mariendistel: Ihr Inhaltsstoff, das Silymarin, ist schwer wasserlöslich. Deshalb wird der Pflanzenextrakt meist in Dragees, Kapseln oder Tabletten verpackt.

besteht aus vier verschiedenen Frischpflanzenpresssäften. Von diesen trinkt man in wöchentlicher Folge jeweils täglich 3-mal 10 ml oder 2-mal 15 ml in circa 150 ml Wasser oder Basen-Aktiv-Tee. In der ersten Woche regt **Löwenzahn** die Leber-, Gallen- und Bauchspeicheldrüsenfunktion an (►Kap.4.4.4). In der zweiten Woche folgt **Artischocke**. Die enthaltenen Bitterstoffe aktivieren die Fettverdauung und Gallensäurebildung. In der dritten Woche folgt **Schwarzrettich** zur Verbesserung des Säure-Basen-Haushalts. In der vierten Woche kommt **Brennnessel** zur Durchspülungstherapie zum Einsatz (►Kap.4.4.4). Die Kur kann auch wiederholt werden. 2–3 Liter Flüssigkeit helfen, die im Gewebe gelösten Stoffwechselprodukte auszuscheiden. Für den Herbst hat sich eine andere Kur im Praxisalltag bewährt. Von diesen Säften trinkt man in wöchentlicher Folge jeweils täglich 3-mal 10 ml oder 2-mal 15 ml in circa 150 ml Wasser oder Basen-Aktiv-Tee in der ersten Woche **Schachtelhalmkraut** zur Durchspülungstherapie, in der zweiten Woche **Bärlauch** zur Förderung der Durchblutung von Gehirn und Extremitäten (bei kalten Händen und Füßen), in der dritten Woche **Schwarzrettich**, dessen Senfölglykoside keimhemmend sind. Vitamin C unterstützt das Abwehrsystem. In der vierten Woche durchwärmt Ingwer den Magen-Darm-Trakt und hat somit eine harmonisierende Eigenschaft bei Völlegefühl, Blähbauch und Unwohlsein.

■ **Tab. 4.4** Schüßler-Salze bei Lebererkrankungen

Mittel	Zungenbelag	Eigenschaften
Nr. 6, Kalium sulfuricum D 6	Gelber bis gelb-schleimiger Belag	Beschwerden abends und in warmen geschlossenen Räumen schlimmer; besser in frischer kühler Luft; Hautjucken
Nr. 7, Magnesium phosphoricum D 6	Kein Belag	Bei unerträglichen Schmerzen zur Linderung; entspannt die Muskulatur – am besten als „Heiße 7“ anwenden = 10 Tabletten werden im warmen Tee aufgelöst und schlückchenweise getrunken; gerade im akuten Schmerzgeschehen angezeigt, wenn der Schmerz durch warme Anwendungen besser wird
Nr. 10, Natrium sulfuricum D 6	Bräunlich-grüner Belag	Bitterer Geschmack; schlimmer morgens, bei feuchtem, nebligem Wetter; Periodizität beobachtbar; ziegelroter Urinniederschlag