

# Schüßler-Express



## Schüßler-Salze – Erste Hilfe auf Reisen und im Alltag

*Im Urlaub, beim Sport oder im Haushalt treten immer wieder Situationen auf, in denen die Gesundheit angegriffen ist. Dann helfen Schüßler-Salze, die im Akutfall innerlich wie äußerlich eingesetzt werden.*

Mit den 12 Schüßler-Salzen sind Sie gut für die häufigsten Beschwerden auf einer Reise und im Alltag gerüstet.

Die biochemischen Tabletten werden entweder gelutscht, so dass die Mineralstoffmoleküle über die Mund- und Rachenschleimhaut in das Körperinnere gelangen können, oder entfalten als äußere Anwendungen in Form von

Kompressen, Breiauflagen oder Teilbädern unmittelbar an Ort und Stelle ihre Wirkung. Dadurch können sie bis zum Eintreffen oder Erreichen professioneller Hilfe in akuten Situationen eine schnelle Hilfe bieten. Zudem sind die Schüßler-Salze nebenwirkungsfrei und stören andere medizinische Maßnahmen nicht.

**Die drei wichtigsten Schüssler-Salze, die in keiner Hand- oder Reisetasche fehlen sollten, sind die Nr. 3, die Nr. 8 und die Nr. 10.**

● **Nr. 3 Ferrum phosphoricum D 12**

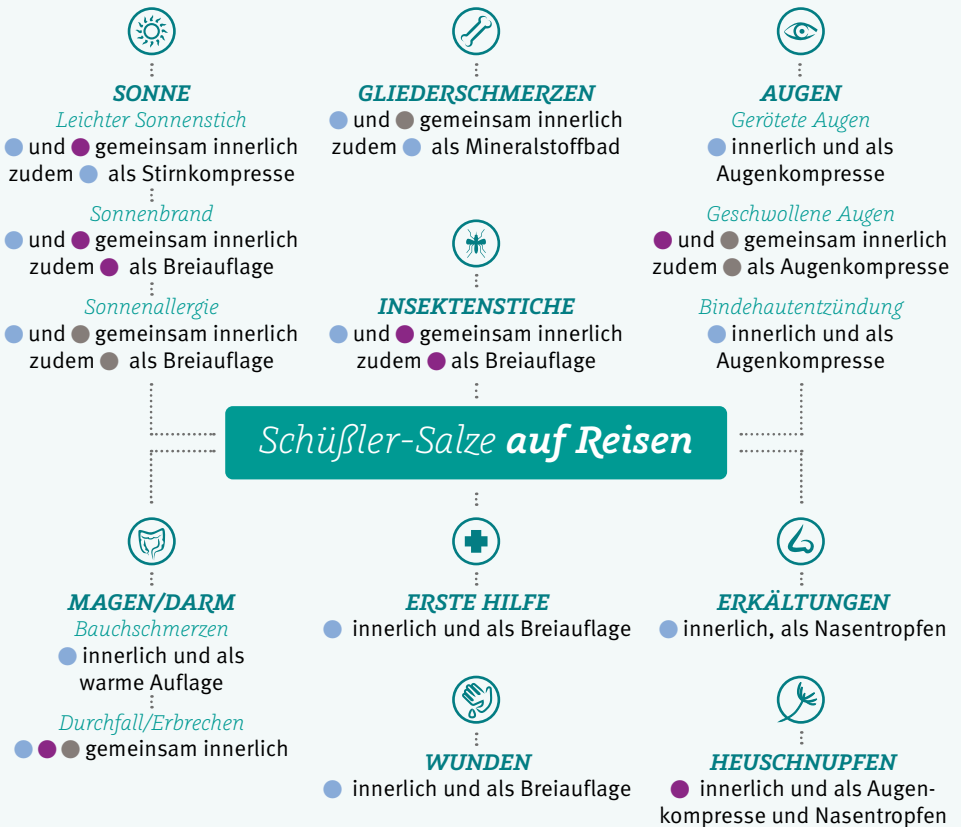
gilt als das biochemische „Erste-Hilfe-Mittel“ und kann, da es den Stoffwechsel des Körpers unterstützt, in jeder Notfallsituation zum Einsatz kommen. Innerlich eingesetzt hilft es bei pochenden und klopfenden Schmerzen, Entzündungen und Erkältungen sowie allgemein bei Störungen, die plötzlich auftreten. Äußerlich wird es bei Verletzungen des Gewebes durch Schnitt- oder Schürfwunden, bei Prellungen, Verstauchungen oder Blutungen angewendet, wobei der in den Tabletten enthaltene Milchzucker zusätzlich antiseptisch wirkt.

● **Nr. 8 Natrium chloratum D6**

unterstützt den Flüssigkeitshaushalt und die Schleimhäute.

● **Nr. 10 Natrium sulfuricum D6**

ist ein bewährtes Mittel bei Durchfallerkrankungen und Sonnenallergie.



## Schüßler-Salze auf **Reisen und im Alltag** von A-Z

Anwendung	Schüßler-Salz	Äußerlich
Bauchschmerzen Krämpfe	Nr. 3 Ferrum phosphoricum Nr. 7 Magnesium phosphoricum als „Heiße Sieben“ *	Auflage (warm)
Diarrhö/Erbrechen	Nr. 3 Ferrum phosphoricum Nr. 8 Natrium chloratum Nr. 10 Natrium sulfuricum	(nur innerlich)
Erkältungen (wg. Klimaanlage)	Nr. 3 Ferrum phosphoricum Nr. 8 Natrium chloratum	Tropfen (Nase)
Fieber	Nr. 3 Ferrum phosphoricum	
Gliederschmerzen	Nr. 3 Ferrum phosphoricum Nr. 10 Natrium sulfuricum	Mineralstoffbad
Hautabschürfungen	Nr. 3 Ferrum phosphoricum	Breiauflage
Heuschnupfen	Nr. 8 Natrium chloratum	Kompresse (Augen) Tropfen (Nase)
Hitzestau	Nr. 8 Natrium chloratum	Mineralstoffbad
Insektenstich	Nr. 3 Ferrum phosphoricum Nr. 8 Natrium chloratum	Breiauflage
Muskelkrampf	Nr. 7 Magnesium phosphoricum Als „Heiße Sieben“	
Sonnenstich	Nr. 3 Ferrum phosphoricum Nr. 8 Natrium chloratum	Kompresse (Stirn)
Sonnenbrand (Anwendung auch bei Verbrennungen)	Nr. 3 Ferrum phosphoricum Nr. 8 Natrium chloratum	Breiauflage

*Bei akuten Störungen wird alle fünf Minuten eine Tablette gelutscht oder es werden alternativ 10 Tabletten in Wasser gelöst und schluckweise getrunken. Jeder Schluck wird einen Moment im Mund gehalten.*



### Buchtipp

#### Im-Puls des Lebens Mineralstoffe nach Dr. Schüßler

Lingen Verlag, ISBN 978-3-938323-12-0, Preis: 4,95 €

Ratgeber mit Tipps zur ganzheitlichen Gesundheitspflege und ausführlichem alphabetischem Register

# Erste Hilfe Schüßler-Salze Nr. 1–12

## **Nr. 1 Calcium fluoratum (D 12)**

Risse der Haut, Sehnen- und Bänderdehnungen, Verhärtungen, Zerrungen

## **Nr. 2 Calcium phosphoricum (D 6)**

Angstzustände, Insektenstiche, allgemein bei allergischen Reaktionen, Kreislaufprobleme, Nasenbluten, Nackenschmerzen, Muskelkrämpfe, Verspannungen, Wachstumsschmerzen

## **Nr. 3 Ferrum phosphoricum (D 12)**

Blutungen, Durchfall, Erbrechen, Prellungen, Quetschungen, Schmerzen: klopfend, pochend, pulsierend, Entzündungen, Fieber (bis 38,8 ° Celsius) Verletzungen

## **Nr. 4 Kalium chloratum (D 6)**

Oberbauchbeschwerden, weiche Schwelungen, Thromboseprophylaxe

## **Nr. 5 Kalium phosphoricum (D 6)**

Erschöpfung (auch psychisch), Schock, Schwäche, Reiseübelkeit, Seitenstechen, Schwindel, Überanstrengung

## **Nr. 6 Kalium sulfuricum (D 6)**

heftiges Hautjucken, Muskelkater, Völlegefühl

## **Nr. 7 Magnesium phosphoricum (D 6)**

Krämpfe, Koliken, Schmerzen: krampfartig, blitzartig, bohrend, stechend, Blähungen, Menstruationsbeschwerden, Migräne, Schlafstörungen, Schluckauf, Seitenstechen

## **Nr. 8 Natrium chloratum (D 6)**

Blasen auf der Haut, Quaddeln, Fließschnupfen, Flüssigkeitsverlust, Heuschnupfen, Hitzestau, Insektenstiche, Schleimhautentzündung, Sonnenbrand, Sonnenstich, Verbrennungen

## **Nr. 9 Natrium phosphoricum (D 6)**

akute Übersäuerung, Magenschmerzen oder Magenkrämpfe infolge einer Übersäuerung oder nach fettem Essen, Sodbrennen, saures Erbrechen, saure Durchfälle, Windeldermatitis

## **Nr. 10 Natrium sulfuricum (D 6)**

Blähungen, Durchfälle, Erfrierungen, Erbrechen, Gliederschmerzen, Juckreiz, Herpes, Bettnässen, Wassereinlagerungen

## **Nr. 11 Silicea (D 12)**

Bluterguss, Ischias, Überempfindlichkeit, Zuckungen

## **Nr. 12 Calcium sulfuricum (D 6)**

Schock, Stagnation

Empfohlen von Ihrer Apotheke:

Hinweis: Jede Verwertung außerhalb der Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Nachdrucke (z.B. Kopieren), Übersetzungen, Mikroverfilmungen und vergleichbare Verfahren sowie für die Speicherung in Datenverarbeitungsanlagen. Bilder: Variant, baldyrgan: deposit-photos



Institut für Biochemie  
nach Dr. Schüßler

Mag. Margit Müller-Frahlting