

# Der Frühling Zeit für eine Detox-Kur online Seminar am 16.04.2024 für den BBD

Angelika Gräfin Wolffskeel von Reichenberg, Germany

Heilpraktikerin, Fachbuchautorin,

Fachfortbildungsleiterin FVDH für Biochemie nach Dr. Schüßler und Ernährung

Vizepräsidentin des Biochemischen Bund Deutschland

Mit freundlicher Unterstützung :



Gesundheit erfahren.

- Reich ist man nicht durch das, was man besitzt, sondern vielmehr durch das, auf was man mit Würde zu verzichten weiß.

- Immanuel Kant

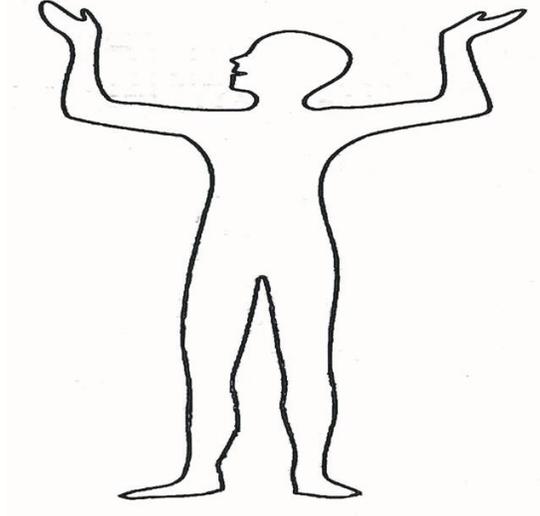
# Vortragsinhalt

- Während des Winters ist der Körper vorwiegend auf Speicherung ausgerichtet, um – besonders die Nieren – vor Auskühlung zu schützen. Durch den entstandenen Winterspeck und die angesammelten Schlacken in den Zellen und Geweben kommt es zur Verminderung der Körperkräfte. Die Speicherung und Aufnahme neuer Energien durch Lebensmittel wird erschwert. Dies hat zur Folge: Lästige Pfunde / Übergewicht, Schwächung der Immunität, Müdigkeit und Schweregefühl, Rheumatische Beschwerden verschlimmern sich, Wetterfühligkeit, Kreislauf- und Schlafstörungen, Juckreiz, Haarausfall, der Körper fühlt sich übersäuert, man kann es förmlich riechen, die Haut ist irritiert, und vieles mehr. Kurzum: Die Frühjahrsmüdigkeit.
- Um wieder zu neuen Kräften zu gelangen, müssen also die Gewebe gereinigt und Überschussstoffe entfernt werden. Das ist besonders im Frühjahr wichtig, damit wir gestärkt und kraftvoll in den Sommer gehen können. Das Frühjahr unterstützt mit seiner Kraft, denken Sie an die Natur, die nun mit aller Gewalt hervorbricht, diese aufbauenden Prozesse. Mit Hilfe der Schüßler-Salze und weiteren Tipps erfahren Sie, wie sie sich wieder wohl fühlen können.

Der Mensch und seine Natur

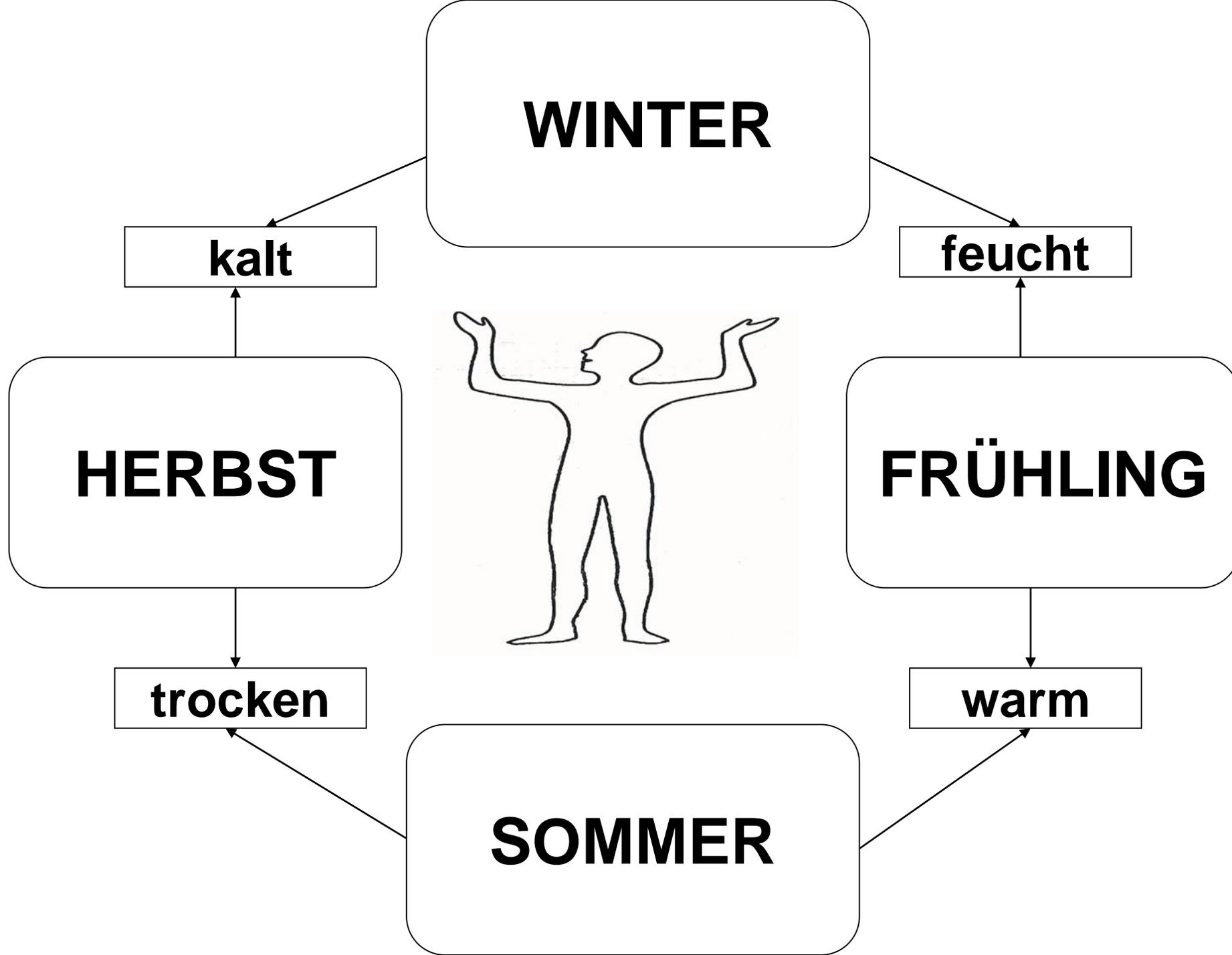
**FRÜHLING**

**SOMMER**

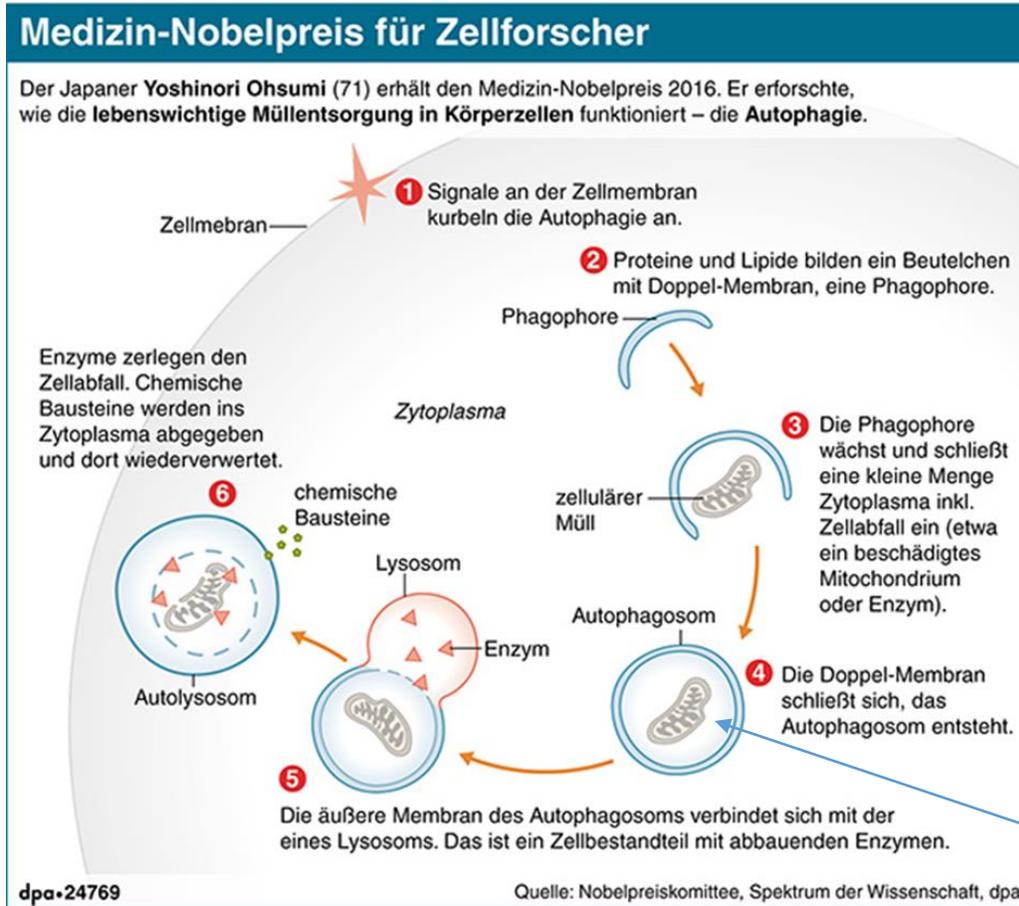


**Winter**

**HERBST**



# Medizin-Nobelpreis 2016



## Schüßler Salze:

Nr. 6 Kalium sulf. D 6  
Nr. 10 Natrium sulf. D 6  
Nr. 12 Calcium sulf. D 6

## Schüßler Salben:

Nr. 6 Kalium sulf. D 4  
Nr. 10 Natrium sulf. D 4  
Nr. 12 Calcium sulf. D 4

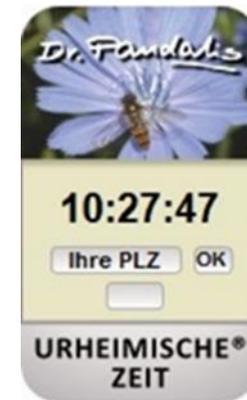
## Kraftwerke der Zelle:

Mitochondrien

Nr. 5 Kalium phos. D6  
Nr. 7 Magnesium phos. D6  
Nr. 3 Ferrum phos. D12, Sauerstoff

# Medizin-Nobelpreis 2017

- ✓ **Rhythmisierung** des Lebens, des Alltags
- ✓ **Schüßler Salze Nr. 2, 5, 7**
- ✓ **Biorhythmen** berücksichtigen – vor allem Hormone
- ✓ **Eine Verletzung** die man sich am Tag zufügt, **heilt schneller** als eine die in der Nacht entsteht
- ✓ **Operationen**, die am **Tag durchgeführt werden**, sind in der Rekonvaleszenz **besser als Notoperationen in der Nacht.**
- ✓ Ernährung im **Tages- und Jahreszeitenlauf**
- ✓ **Darmflora hat wesentlichen Anteil an der Gesundheit**
- ✓ **Regional – saisonal**
- ✓ **Bitterstoffe** – wärmende Lebensmittel
- ✓ **Generelle gute Wärmeversorgung** des Körpers
- ✓ 37° warm in den Zellen
- ✓ **Kältekrankheiten** sind bestimmend und zunehmend



# Medizin-Nobelpreis 2019

Atmen Sie jetzt tief durch!

Die Zellen unseres Körpers brauchen Sauerstoff. Einen Mangel spüren diese sofort und reagieren. Wie ihnen das gelingt, haben die Nobelpreisgewinner 2019 ergründet.

Folgerung:

**Eisenmangelanämie (Schüßler Salze Nr. 2, 3, 8, 17, 19, 21)**

(wird in Zukunft sicherlich anders bewertet und behandelt)

**Tumorerkrankungen** werden in den Fokus der Forschung rücken!

Wie dieser Mechanismus grundlegend funktioniert, haben die beiden US-Amerikaner William Kaelin, Gregg Semenza und der Brite Peter Ratcliffe erforscht. Für ihre Arbeit wurden die drei mit dem Nobelpreis für Physiologie oder Medizin 2019 geehrt.

# Medizin-Nobelpreis 2021

Julius und Patapoutian für die **Entdeckung von Temperatur- und Berührungs-Rezeptoren ausgezeichnet.**

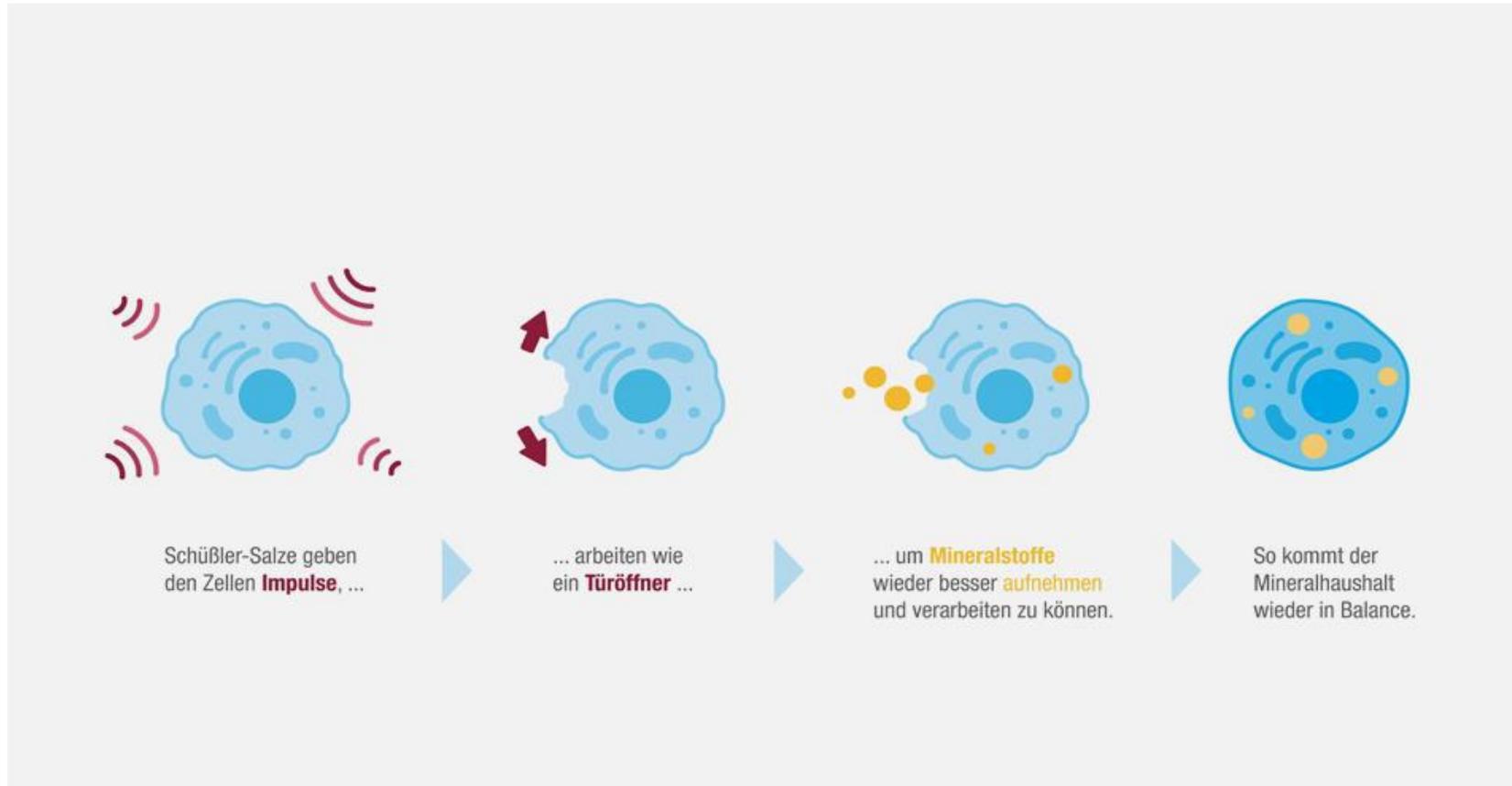
Beide Druckrezeptoren übernehmen im Körper wichtige regulatorische Funktionen , **etwa beim Erhalt des Blutdrucks, in der Blasenkontrolle oder bei der Atmung.**

Piezo2 spielt für den Tastsinn eine wichtige Rolle und ist beteiligt an dem, was Wissenschaftler Propriozeption nennen: das intuitive Wissen über die **Haltung und Bewegung des Körpers.**

# Wissensauffrischung



# Was macht die Schüßler-Salze für Sie besonders? Es ist das einzigartige Wirkprinzip



- Dosierung
- Kuren
- D6
- D12
- Regelpotenzen

?

Erinnern wir uns an die 3 Entzündungsstadien nach Dr. Schüßler: diese werden nur bei ihm beschrieben, genial! Wir sprechen heute von "Silent Inflammation" oder stillen (eingeheliten) Entzündungen.

1. **Entzündungsstadium:** Nr. 3 Ferrum phosphoricum D12

klar

Beginnende Entzündung = alles ist rot und trocken! Fieber bis 38,5°C

2. **Entzündungsstadium:** Nr. 4 Kalium chloratum D6

weiß

Ausscheidungsstadium = Schleimbildung, fadenziehender, klebender weißgrauer Schleim, weiße klebende Abschuppungen

3. **Entzündungsstadium:** Nr. 6 Kalium sulfuricum D6

ocker

Wiederherstellung – Regeneration – gelbschleimiges Sekret und gelbliche Abschuppungen

# Entwicklung der Entzündungsstadien nach Dr. Schüßler



Ihre Patienten können in jedem Stadium verweilen  
d. h. die Entzündungen heilen sich ein

Wenn jemand Gesundheit sucht,  
frage erst, ob er bereit sei,  
künftighin die Ursachen der Krankheit zu meiden.  
Erst dann darfst Du ihm helfen.

Sokrates

- Während des Winters war der Körper vorwiegend auf Speicherung ausgerichtet.
- Ergebnis:
  - Winterspeck, Ansammlung von Schlacken in den Zellen und Geweben.
- Dadurch:
  - Verminderung der Körperkräfte und Speicherung neuer Energien.
- Folge:
  - Müdigkeit und Schweregefühl, Schlafstörungen, Kreislaufstörungen, Empfindlichkeit auf warme Winde (Föhn), Haarausfall, Hautreaktionen, Blutarmut u.v.m

# Kurzum:

## ✓ Die Frühjahrsmüdigkeit

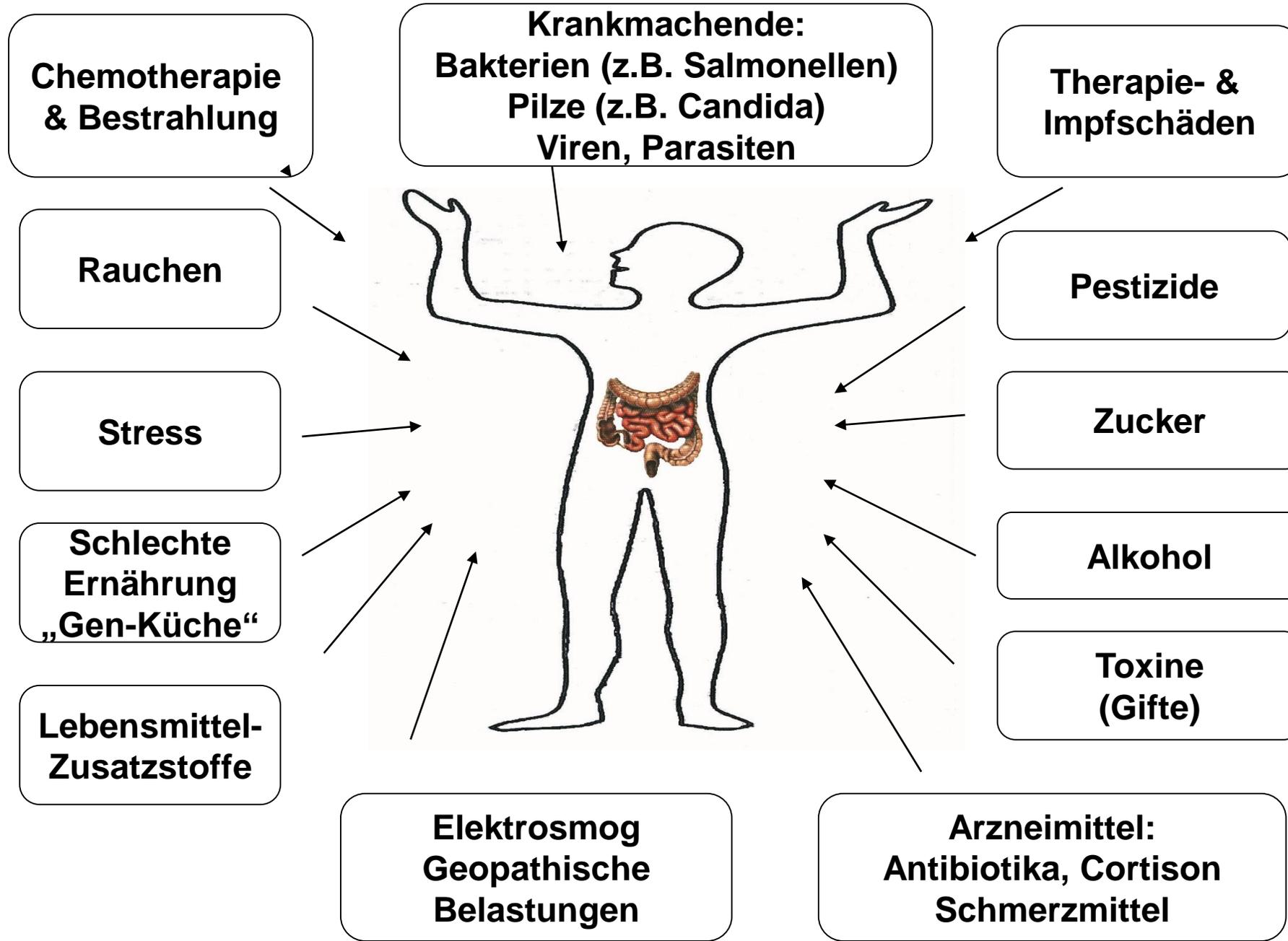
- Frühjahr und Herbst sind sogenannte Umstimmungsjahreszeiten, daher sinnvollste Zeiten für Entschlackung.
- Religiöse Fastenkuren und naturheilkundliche Denkmodelle berücksichtigen dies.
- Dazu zählt die klassische Frühjahrskur zur Reinigung des Blutes und zum Blutaufbau nach dem Winter.
- Früher waren in dieser Zeit Aderlässe zur Blutreinigung üblich.

# Das Frühjahr unterliegt dem Element Holz, dazu gehören die Organe:

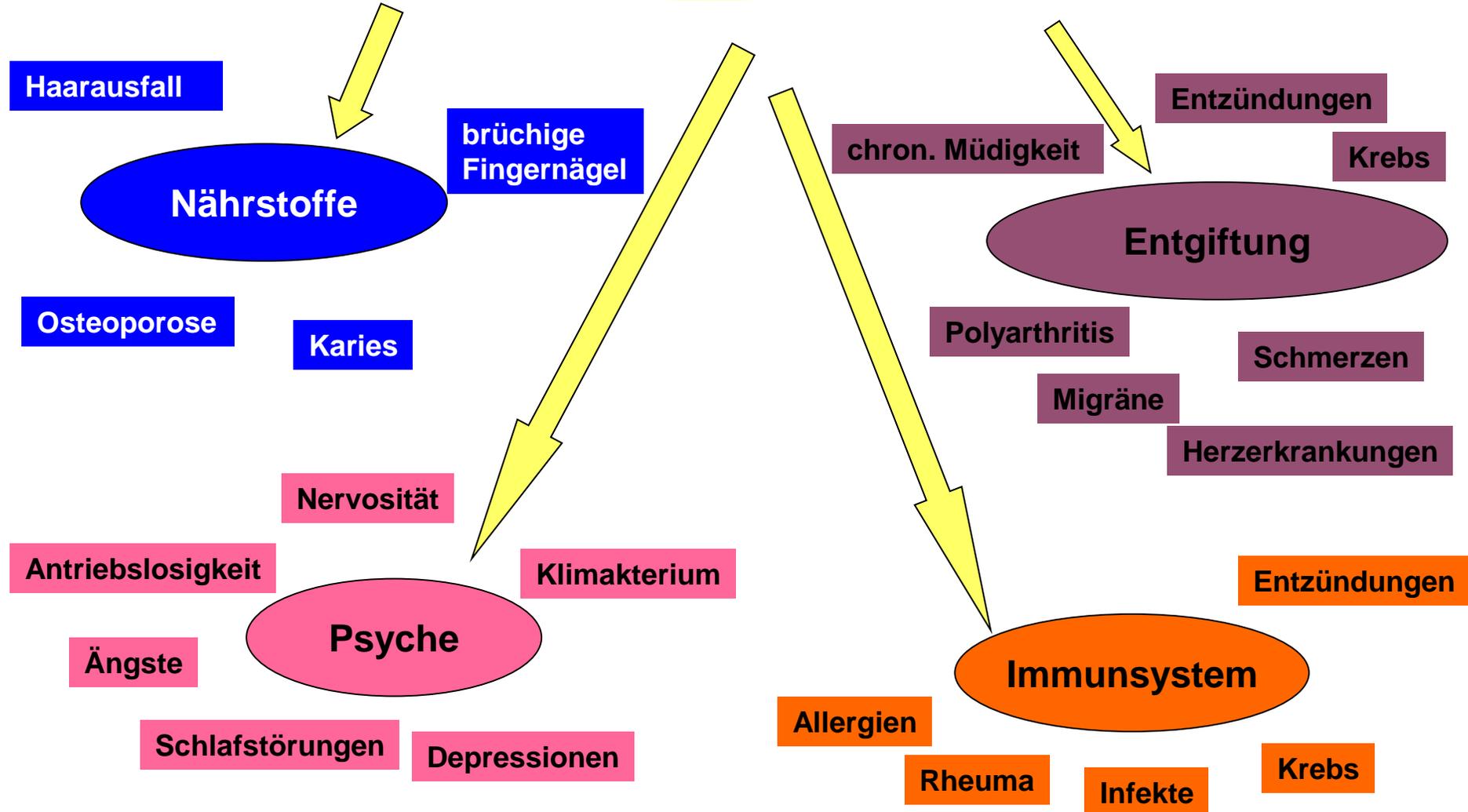
## ➤ Leber / Gallenblase

- Funktionssteigerung des Leberorgans sorgt dafür, dass alle nicht restlos abgebauten Schlacken des langen Winters schnellstens beseitigt und entgiftet werden.
- Deswegen gelingen Leberkuren und Leberregenerationen besonders gut im Frühjahr. Bei **Leberschwäche** kann sie diese Maximalforderung im Frühling nicht entfalten.
- Dadurch leiden andere Organe.
- Es entstehen z.B.:
  - ✓ **Magengeschwüre, die ohne Behandlung der Leber kaum heilbar sind.**

# Darunter leidet die Darmflora in der heutigen Zeit:



# Der DARM und seine Beziehungen zu allen Körperfunktionen



# Leberanregung:

## ➤ Nr. 10 Natrium sulf. D 6

Nachmittags bis 14.00 (gedachte Ruhezeit der Leber)

- Im tägl. Wechsel

## ➤ Nr. 6 Kalium sulf. D 6

Abends

- Jeweils 2 Tab. bis 5 Tab. Auflösen
- Salbeneinreibung mit der jeweiligen Salbe
- Leberwickel mit Schüßler Salbe 6 oder 10

# Ernährung

- Über- und Fehlernährung meiden, möglichst viel frische Kräuter, frisches Obst und Gemüse, Salate und naturbelassene Lebensmittel zu sich nehmen. Keine Rohkost nach 14.00
  
- Regional, Saisonal

# Das sollten Sie vermeiden

- Alkohol oder einen »Verdauungsschnaps« – das verzögert die Verdauung
- Lange Ruhepausen nach dem Essen, vor allem liegend
- Blähende Gerichte wie Kohl oder Hülsenfrüchte
- Körner und Müsli (sind schwer verdaulich), vor allem in der Kombination mit Milch und Obst
- Zuckerreiche Nahrung und ausschließlich Weißmehl
- Zwiebeln und Knoblauch, da beide Verdauungsprobleme verursachen können
- Wiedererwärmtes Essen (Histaminose)

# Bitterstoffe



- Durch die Bitterstoffe wird die Sekretproduktion, sowie Bewegung der Verdauungsorgane
- angeregt – schnellerer Verdauungsvorgang und damit Vermeidung von Gärungsvorgängen.
- Eine Besetzung des Darms mit pathogenen Keimen wird dadurch vermieden
- Kanzeroprotektive und immunologische Wirkung
- Gallen- und magensaftsekretionsfördernd
- Anregung des Leberstoffwechsels
- Bei Verdauungsschwäche, Blähungen, Verstopfung, Völlegefühl, Darmdysbiose und bauchbetontem Übergewicht

# Wo finden wir Bitterstoffrezeptoren?

Organ	Postulierte Funktion der Bitterstoffrezeptoren
Nase und obere Atemwege	<ul style="list-style-type: none"> <li>• unterstützen die Zilien (Flimmerhärchen): Erhöhung der Schlagfrequenz und so der Selbstreinigung</li> <li>• Auslösung des Hustenreizes</li> <li>• Ausschüttung von antibakteriellen Stickstoffmonoxid (7, 8)</li> </ul>
Hoden (Spermien)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Beeinflussung der Spermienreifung (9, 10)</li> </ul>
Harnblase	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reaktion auf Coli-Bakterien, Harndrang als Abwehr</li> </ul>
Lunge	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erhöhung der Schlagfrequenz der Zilien (11)</li> <li>• Modulation der Produktion von entzündungsfördernden Zytokinen (2)</li> <li>• Erweiterung und Entspannung der Bronchialmuskulatur (2)</li> </ul>
Haut	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verstärkung der Hautbarriere durch vermehrte Bildung von Hautlipiden</li> </ul>
Immunzellen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Unterstützung der Granulozyten, Natürliche Killerzellen (NK), B-Zellen und T-Zellen z. B. bei der Chemotaxis (Anlockung der Immunzellen) (12)</li> </ul>
Magen	Vermitteln die Bildung von CCK (3, 13); <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gallenblasenkontraktion</li> <li>• Ausschüttung von Pankreasenzymen</li> <li>• Sättigung</li> </ul>
Darm	Vermitteln die Bildung von Bildung GLP-1 (14) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Inkretin-Effekt: Stabilisierung der Blutzuckerwerte</li> <li>• Sättigung</li> <li>• Verzögerung der Entleerung des Mageninhaltes in den Darm</li> </ul> Erhöhung der Darmperistaltik (über CCK) <ul style="list-style-type: none"> <li>• normale Tätigkeit des Darms wird erhalten bzw. wiederhergestellt</li> </ul> Physiologische Darmmikrobiota wird gefördert <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bitterstoffe können pathologische Keime bekämpfen</li> </ul>



Durch die Bitterstoffe wird die Sekretproduktion, sowie Bewegung der Verdauungsorgane angeregt – schnellerer Verdauungsvorgang und damit Vermeidung von Gärungsvorgängen.

Eine Besetzung des Darms mit pathogenen Keimen wird dadurch vermieden

Kanzeroprotektive und immunologische Wirkung

Gallen- und magensaftsekretionsfördernd

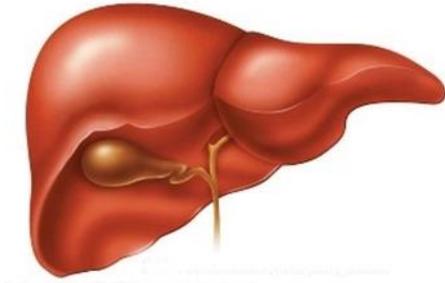
Anregung des Leberstoffwechsels

Bei Verdauungsschwäche, Blähungen, Verstopfung, Völlegefühl, Darmdysbiose und bauchbetontem Übergewicht

# Trinkmenge

- ca. 2 Liter gutes Quellwasser pro Tag (30 - 35 ml pro kg / Körpergewicht)
- Davon können während der Kur 3 Wochen lang im März 0,5 bis 1 Ltr. Brennesseltee getrunken werden. Danach weitere 3 Wochen 1L Löwenzahntee (Blätter/Wurzeln) pro Tag.
- Weiterhin mindestens 1 Ltr. warmes, abgekochtes Wasser.
- Sorgen Sie für genügende Bewegung, bringt Sauerstoff in den Stoffwechsel.
- Meiden Sie Gifte und Umweltgifte.

- Die Leber entfaltet ihre größte Energie nachts zwischen 1.00 und 3.00



# Aufwachzeiten in der Nacht?

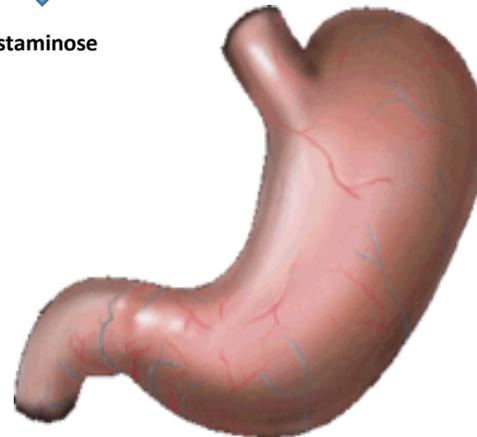
- Hier wachen viele Menschen auf.
- **Frage:**
- Was habe ich gegessen und getrunken?
- **Kopfschmerzen?**
- Nr. 7 Magnesium phos. D 6 – als „Heiße 7“
- **Schlechtes Sehen, Depressionen, Migräne, Kopfschmerz über rechtem Auge, Stirnkopfschmerz, Gelenkbeschwerden, Hautjucken und Säure / Basen Haushalt - Ungleichgewicht hängen ursächlich mit dem Leberstoffwechsel zusammen.**

# Reizmagen

## Nahrungsmittelunverträglichkeiten

↓      ↓      ↓      ↓  
Laktose    Gluten    Fruktose    Histaminose

Störungen der  
Säurebildung  
Eiweißverdauung



Entzündungen

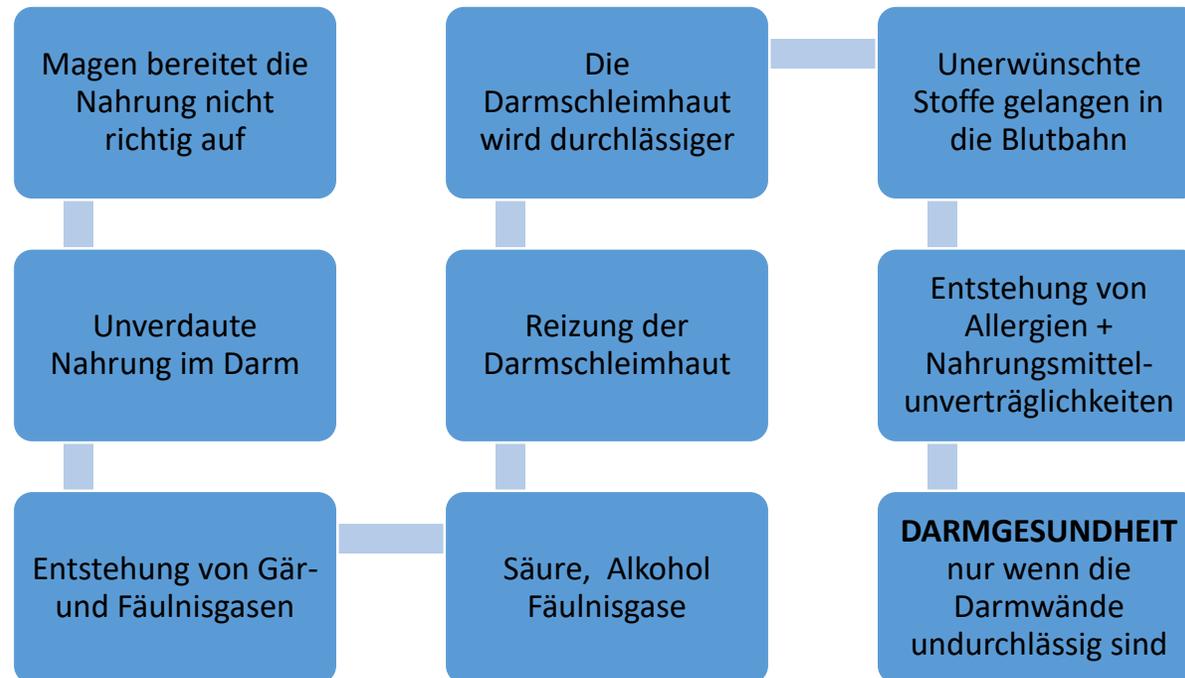
Infektionen  
(Helicobacter Pylori)

Störungen der Magen-/  
Darmbeweglichkeit

Psychische Belastungen

Überempfindlichkeit  
der Nerven

# Reizdarm

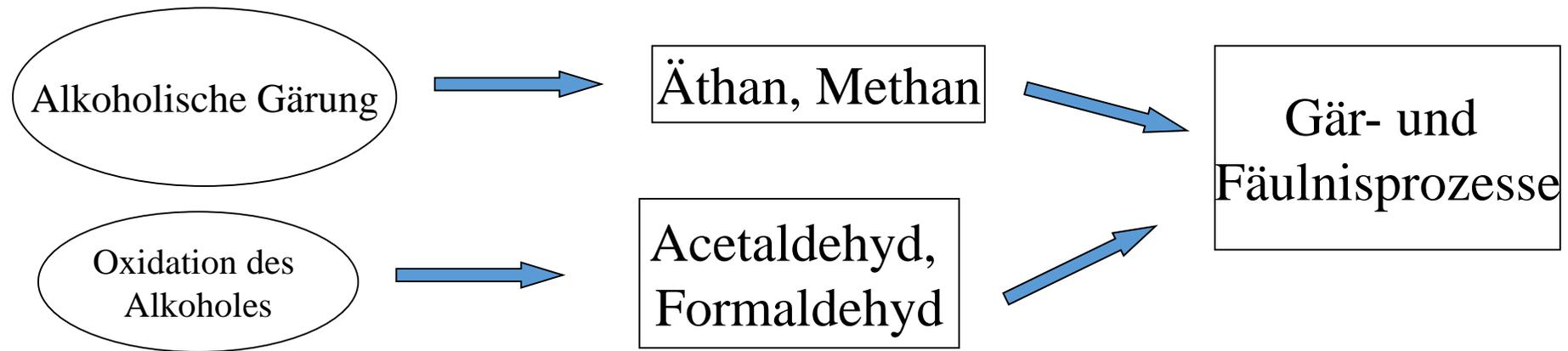


„Ist auch der Vater einer Krankheit unbekannt, die Mutter ist immer die Ernährung.“

- Chinesisches Sprichwort

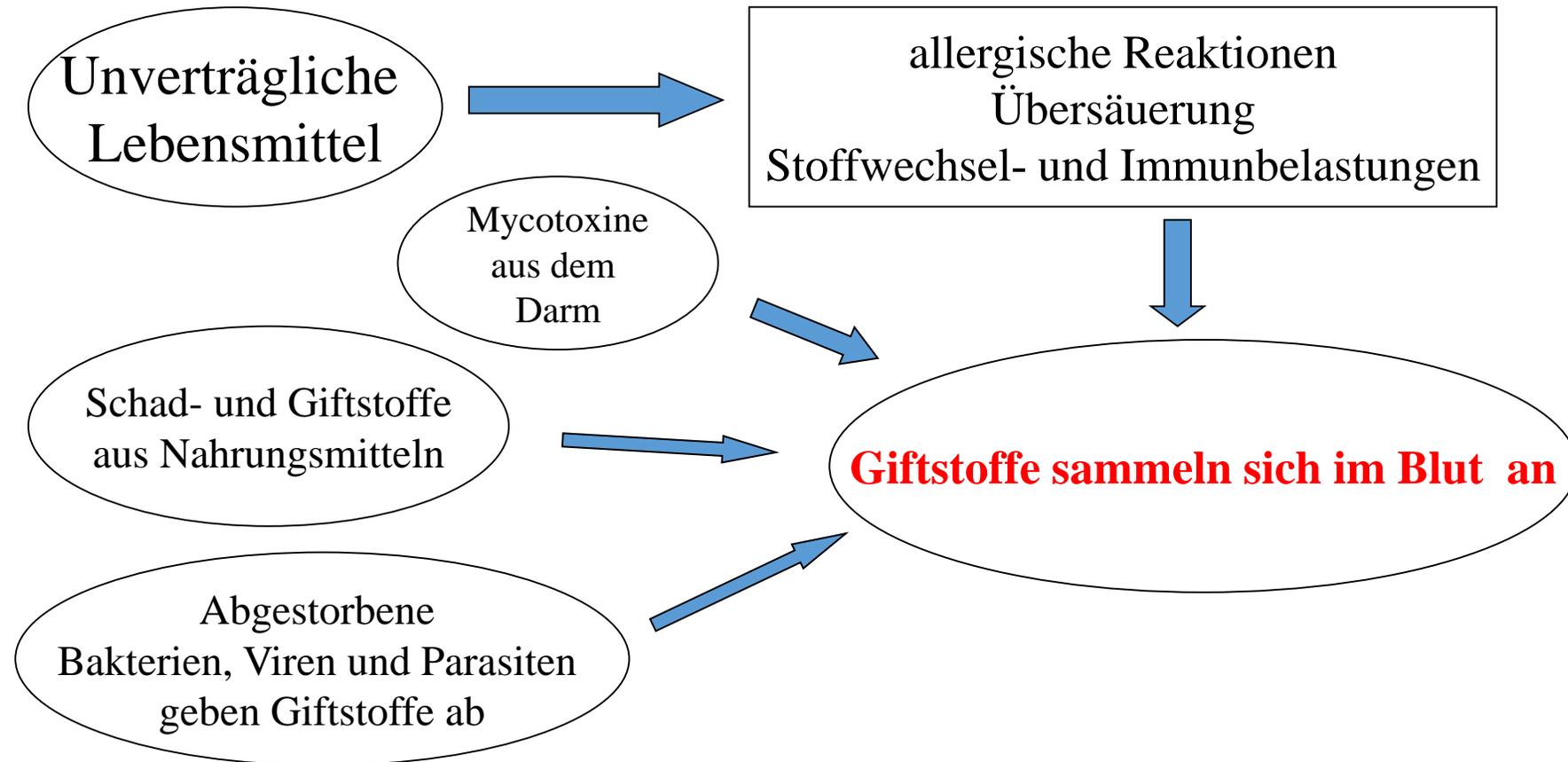
# Anreicherung des Blutes mit Giftstoffen aus dem Darm

Nach 14 Uhr werden rohe Speisen nicht mehr ausreichend verdaut durch das Fehlen von Verdauungsenzymen.



Gerade nach 18 Uhr können schwere Mahlzeiten nicht ausreichend verdaut werden und lösen Fäulnis- und Gärprozesse aus.

# Anreicherung des Blutes mit Giftstoffen aus dem Darm



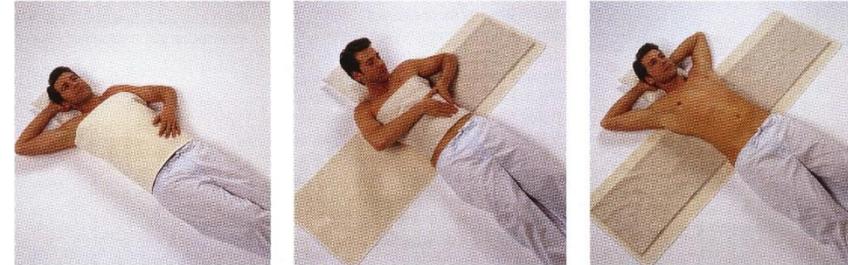
## Der Schmerz der Leber



# Leberwickel

beste Zeit am Wochenende **14.00 Uhr**

Salbe **Nr. 10** oder **Nr. 6**



- Vorbereitung:
- rechter Rippenbogen, mit Salbe einreiben.
- Ein feuchtheißes Tuch wird auf den Leberbereich gelegt.
- Anschließend ein großes Frotteehandtuch um den gesamten Leib wickeln.
- Eine heiße Wärmflasche wird auf den Leberbereich aufgelegt.
- Der Wickel bleibt einschleichend 20 Min. – 1 Std. auf dem Bauch.
- Anschließend das feuchte Handtuch weg nehmen.
- Ein trockenes Tuch wieder umlegen und die Wärmflasche wieder auflegen.
- Noch 1 Std. im Bett nachruhen.

# Galle

- Um wieder zu neuen Energien zu gelangen, müssen also die Gewebe gereinigt und Überschußstoffe eliminiert werden.
  - Dies ist gerade im Frühjahr besonders wichtig, denn ähnlich wie in der Natur die Pflanzen- und Tierwelt zu neuem Leben erwacht, beginnen im Menschen neue aufbauende Prozesse und Funktionen; insbesondere das Blutleben wird aufgeforstet. Das ist auch der Grund, warum wir in dieser Jahreszeit am besten Bluterneuerungstherapien machen können.
  - Damit werden auch bestehende Anämiesyndrome günstig beeinflusst.
  - So forciert die Frühjahrskur die gesamte eliminatorische Grundfunktion des Organismus und leitet den Wiederaufbau ein.
  - Im Blut kann die starke Konzentration von Galle die Membranen der roten Blutkörperchen vorzeitig zerstören.
  - Auch negative Beeinflussung des blutbildenden Knochenmarks kann das Blutbild schädigen. Vermehrung von Gallensäuren im Blut sind oft die unerklärliche Ursache von Hautjucken oder Hauterkrankungen.
  - Gallenblasenleiden treten oft mit Leberveränderungen auf.
- ✓ „Menschen fühlen sich in ihrer Haut nicht mehr wohl“.

# Therapeutisches Grundkonzept zur Fastenbegleitung

- **Nr. 2 Calcium phos. D 6**
  - Aufbau, Blutbildung, Energiegeber
  
- **Nr. 3 Ferrum phos. D 12**
  - Allgemeines Anregungsmittel für Blutbildung, Sauerstoffanregung

- **Nr. 9 Natrium phos. D 6**
- Entsäuern des Blutes und des Gewebes
  
- **Nr. 10 Natrium sulf. D 6**
- Förderung aller Ausscheidungen, besonders Galle, Darm, Niere, Bindegewebe, Haut
  
- **Nr. 11 Silicea D 12**
- Kanalisiert das Bindegewebe und hält Säuren in Lösung, damit sie ausgeschieden werden können, fördert alle Ausscheidungsprozesse.
  
- Ergänzungsmittel
- **Nr. 16 Lithium chloratum D 6**
- Für die Ausscheidung von Säuren.
- Hebt die deprimierte Stimmungslage.

# Biochemische Frühjahrskur

## Ausscheidung und Lymphreinigung - 4 Wochen lang

Nr. 9 Natrium phos. D 6 morgens

Im täglichen Wechsel mit

Nr. 10 Natrium sulf. D 6 abends

1 x 5 Tab. auflösen

## Aufbau – anschließend für weitere 4 Wochen

Nr. 10 Natrium sulf. D 6 mittags gegen 14.00 Uhr

Nr. 2 Calcium phos. D 6 morgens v. d. Frühstück **fördert die Blutneubildung**

Im täglichen Wechsel mit

Nr. 3 Ferrum phos. D 12 morgens v. d. Frühstück

1 x 5 Tab. auflösen!

## Allgemeine Maßnahmen zur Frühjahrskur – gegen die Frühjahrsmüdigkeit

- Ausreichende Nachtruhe und dem Biorhythmus angepasste Entspannungspausen während des Tages, vor allem nach dem regelmäßig einzunehmenden Mittagessen.
- Tägliche Bewegung an der frischen Luft, um mit tiefen Atemzügen die ersten warmen Sonnenstrahlen zu genießen und mit aufmerksamen Augen die vielfältigen Wunder in der Natur beobachten
- Morgendliche Wechselduschen
- Gelbe und orange Farben bevorzugen, das sie das Gemüt aufheitern

## Allgemeine Maßnahmen zur Frühjahrskur – gegen die Frühjahrsmüdigkeit

- Leberwickel mit Salbe Nr. 6 und Nr. 10 im täglichen Wechsel
- Entschlackungsbäder
- Teekuren mit Bittertee – Bittermittel -
- Lebensfreude
- Ernährung reduzieren
- Viel trinken
- Viel frisches Obst und Gemüse (Roh nur bis 14.00)
- Wenig Fleisch
- **Abendessen ausfallen lassen!**

- Anämie
- **Nr. 2 D 6**
- morgens 3 Tab. auflösen „Heiße 2“
- **Nr. 3. D 6 (Ausnahme, sonst D 12)**
- vormittags „Heiße 3“ mit 3 Tab.
- **Nr. 8 D 6**
- bis 16.00 Uhr 2 x 2 Tab. lutschen
- Falls die Werte nicht stabil bleiben dann: **Nr. 13 D 6, Nr. 17 D 6, Nr. 19 D 6, Nr. 21 D 6**
- Im tägl. Wechsel abends je 2 x 2 Tab. lutschen
- Kur mäßig über mehrere Monate – Pause –
- In der Intervallfreien Zeit erneute
- Kontrolle der Blutwerte

# Energie-Kur

z.B. bei Frühjahrsmüdigkeit

## Nr. 3 Ferrum phos. D 12

- 3 x tägl. 2 Tab. lutschen
- bei Konzentrations- und Energiemangel
- bei Müdigkeit
- Erschöpfung

## Nr. 5 Kalium phos. D 6 bis 15.00 Uhr

- 3 x tägl. 2 Tab. lutschen
- bei körperlicher u. geistiger Erschöpfung
- Antriebslosigkeit
- Niedergeschlagenheit

## Nr. 7 Magnesium phos. D 6

- 3 x tägl. 2 Tab. lutschen oder „Heiße 7“ zum Abend mit 6 Tab.
- wirkt entspannend
- regt den Energiestoffwechsel an

# Haut- und Haar-Kur

## Mit den Salzen für Haut, Haare und Bindegewebe

- **Nr. 1 Calicum fluoratum D 12**
- morgens strafft u. festigt Haare und Haut
  
- **Nr. 8 Natrium chlor. D 6**
- mittags reguliert den Feuchtigkeitshaushalt
  
- **Nr. 11 Silicea D 12**
- abends stabilisiert und glättet Haut- und Haarstruktur
  
- Jeweils zur **angegebenen** Tageszeit **6 Tab. in heißem Wasser** auflösen und in kleinen Schlucken trinken.
  
- Unterstützend:
- **Nr. 1 und 11 als Salbe oder Lotion** auf Haut und Haarspitzen einmassieren, **Salbe Nr. 8 vor der Haarwäsche** in die Kopfhaut einmassieren.

# Reinigungs-Kur

mit den Salzen der Entschlackung und der inneren Reinigung

- Nr. 6 Kalium sulf. D 6
- Nr. 10 Natrium sulf. D 6
- Nr. 12 Calcium sulf. D 6
  
- Je Salz im tägl. Wechsel 3 x 2 Tabl. lutschen
  
- Später durchaus täglich:
  - Morgens Nr. 6
  - Mittags Nr. 10
  - Abends Nr. 12
  
- Leberwickel mit **Salbe Nr. 6** und **Salbe Nr. 10** im Wechsel
- Abendliche Oberbauchreibungen s.o.

# Abnehmen mit Schüßler-Salzen

- Schüßler-Salze sind hilfreich um Stoffwechselaktivitäten in Gang zu setzen und können zur inneren Reinigung beitragen.
- Mein Tipp:
- **Nr. 4 Kalium chlor. D 6** - Das Salz der Schleimhäute
- Morgens **5 Tab.** auflösen
- **Nr. 9 Natrium phos. D 6** – Das Salz des Stoffwechsels
- Mittags **5 Tab.** auflösen
- **Nr. 10 Natrium sulf. D 6** – Das Salz der inneren Reinigung
- Abends **5 Tab.** auflösen
  
- Leberwickel

# Schüßler-Salze bei Heißhunger

Nr. 7 Magnesium phosphoricum D 6 Süßes

Nr. 8 Natrium chloratum D 6 Salziges

Nr. 5 Kalium phosphoricum D 6 Hungergefühl

Nr. 2 Calcium phosphoricum D 6 Geräuchertes

Nr. 9 Natrium phosphoricum D 6 Fast Food, Kuchen

# Immun-Kur

## Mit den Salzen des Immunsystems

- Stabilisiert das Immunsystem
- Schützt von Infekten
- Stärkt die Abwehr
  
- Nr. 3 Ferrum phos. D 12      Morgens      5 Tab. auflösen
- Nr. 6 Kalium sulf. D 6      Mittags      5 Tab. auflösen
- Nr. 7 Magnesium phos. D 6      Abends      5 - 10 Tab. auflösen
  
- Nr. 3 Salbe morgens und abends auf Brustbein einklopfen

# Darmkur

- Nr. 2 D 6 morgens stabilisiert die Zellmembran
- Nr. 4 D 6 vormittags regeneriert die Darmschleimhaut
- Nr.10 D 6 gegen 14.00 fördert die Ausscheidung
- Nr. 9 D 6 abends unterstützt den Stoffwechsel

---

Nr. 5 D 6 Fäulnisgase – Winde bei Bedarf zusätzlich

1 x täglich je Salz 2 – 5 Tab. auflösen

Leberwickel - Ernährung

„Heiße 7“ bei Schmerzen oder Koliken

Salbe Nr. 7 – wärmende Auflagen

# Gegen lästige Pfunde

Nr. 10 D 6 fördert die Ausscheidung v. d. Frühstück

Nr. 5 D 6 stärkt die Stoffwechselorgane v. d. Mittagessen

Nr. 9 D 6 reguliert den Fettstoffwechsel vor dem Abendessen

von jedem Salz einmal täglich 5 – 10 Tab. auflösen

- Lotion 1 morgens und Lotion 11 abends in die Bauchdecke einmassieren. (Straffung d. Gewebes)
- Kurdauer 6 Wochen

# Biochemische Energieschaukel Var. II

- Nr. 2 Calcium phos. D 6
- Morgens 5 – 10 Tab. auflösen
- Nr. 5 Kalium phos. D 6
- Mittags 5 Tab. auflösen
- Nr. 8 Natrium phos. D 6
- Nachmittags 2 x 2 Tab. bis 16.00 Uhr lutschen
- Nr. 7 Magnesium phos. D 6
- Abends Nr. 5 – 10 Tab. auflösen/kauend trinken

# Allergien: naturheilkundliche Betrachtung

- **Wasserhaushalt: Nr. 8 D 6**
- Zellen müssen versorgt und entsorgt werden – alles sollte im Fluss sein
  
- **Säure-Basen-Haushalt: 9 D 6, 10 D 6, 11 D 6**
- Eine Störung finden wir bei allen chronischen Erkrankungen. Wegbereitend sind hier die heute gängige Fehl- und Mangelernährung sowie Suchtgifte aller Art.
  
- **Mineralstoff-Haushalt:**
- Rund 70 Mineralstoffe und Spurenelemente werden für alle Stoffwechselprozesse benötigt; Gesundheit bedeutet ein harmonisches Gleichgewicht dieser Bausteine
  
- **Elektrischer Energiehaushalt:**  
Die Mineralsalze zerfallen in Ionen und werden dadurch Träger der elektrischen Energie des Körpers. Entzündungen („-itis“) oder Degeneration („-ose“) sind immer auch ein Ausdruck der Energie, die hier am Wirken ist.

# Allergie / Stärkungskur für Kinder und Erwachsene

- Stabilisiert das Immunsystem
- Schützt vor Infekten
- Stärkt die Abwehr
- Kann im Frühjahr und Herbst durchgeführt werden
- Vor Allergiezeiten wie Heuschnupfen usw.

Nr. 3 D 12 morgens 2 Tab. lutschen

Nr. 17 D 6 mittags 2 Tab. lutschen (Ergänzungssalz Manganum sulf.)

Nr. 21 D 6 nachmittags 2 Tabl. lutschen (Ergänzungssalz Zincum chlor.)

Nr. 11 D 12 v. d. Schlafen 2 Tabl. lutschen

Dauer 6 Wochen

# Heuschnupfen / Pollenallergie

## 6 Wochen bevor die Pollen fliegen

- Nr. 2 morgens 5 Tab. auflösen
- Nr. 3 ü. d. Tag vert. 6 x 1 Tab. lutschen
- Nr. 8 bis zu 3 x tägl. 2 Tab. bis 16 Uhr

**Salbe Nr. 8** in die Nase und um die Augenhöhlen einreiben.

Während der Allergie die Salze beibehalten und weitere

- Salze nach den Absonderungen wählen

Ernährung in dieser Phase:

Ohne tierisches Eiweiß und Rohkost



Quelle: Schüssler-Salze für Ihr Kind  
Angelika Gräfin Wolfskeel



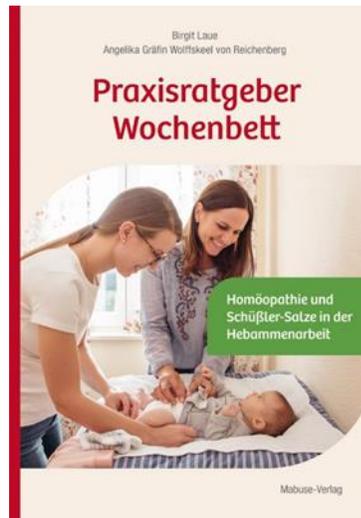
Foto: Norbert Schmelz

Ich danke Ihnen für Ihre Aufmerksamkeit und wünsche Ihnen viel Freude mit dem „Gesundheitserreger“ Dr. Schüßler Ihre Gräfin Wolffskeel

Mit freundlicher Unterstützung :



Gesundheit erfahren.



# Meine Bücher