

8

Samozdravljenje s Schüsslerjevimi solmi

Spoznajte 12 osnovnih mineralnih soli dr. Schüsslerja



Spoznajte 12 osnovnih soli dr. Schüsslerja, s katerimi lahko vplivamo na svoje zdravje in dobro počutje. Schüsslerjeve mineralne soli so telesu lastni minerali, katerih fiziološka funkcija v telesu je dobro razjasnjena. Stabilna koncentracija mineralnih soli v celici in v medcelični tekočini je po-

goj za dobro zdravje. Mineralne soli dr. Schüsslerja vračajo ravnovesje v celični metabolizmu. Na ta način krepijo celično moč in podprejo fiziološke funkcije v telesu.

S pomočjo Schüsslerjevih mineralnih soli podpremo krepitev samozdravilnih sposobnosti telesa.

VSAKA OD 12-IH OSNOVNIH MINERALNIH SOLI IMA V TELESU VEČ FUNKCIJ

Schüsslerjeva mineralna sol (evropsko oštevilčenje)	Področje delovanja (opisame le nekatere težave)
Št. 1 Calcium fluoratum D12	Izguba elastičnosti kože, razpokana koža, hemoroidi, krčne žile, poškodba vezi, težave z zobmi, lasmi in nohti, otrdelost v telesu.
Št. 2 Calcium phosphoricum D6	Hitra rast pri otrocih, osteoporoza, celjenje kosti, mišični krči, dražeč kašelj, mravljinčenje, nizek krvni pritisk, alergije.
Št. 3 Ferrum phosphoricum D12	Vnetje, prvi simptomi prehlada in gripe, vnetje grla in ušes, zvišana telesna temperatura, anemije, utrujenost, bolečine.
Št. 4 Kalium chloratum D6	Izcedki, vnetja, težave s povečano telesno težo, detoksikacija strupov in zdravil, po cepljenju, hormonske motnje, krčne žile, kuperroza.
Št. 5 Kalium phosphoricum D6	Psihična izčrpanost, stalna utrujenost, depresija, slab spomin, krvavitev dlesni.
Št. 6 Kalium sulfuricum D6	Vnetna stanja, kašelj z rumenim izcedkom, prhljaj, pigmentacijske motnje, podporno pri sladkorni bolezni, astmi.
Št. 7 Magnesium phosphoricum D6	Bolečine, krči, glavoboli, nevralgije, nespečnost, stres, menstruacijske bolečine.
Št. 8 Natrium chloratum D6	Suhost kože, sluznic, nahodi, zaprtje, driska, težave s hrustančnim tkivom, alergije, težave s kožo.
Št. 9 Natrium phosphoricum D6	Zakisanost telesa, presnova maščob, revmatizem, okorelost in otekanje sklepov, putika, težave z želodčno kislino.
Št. 10 Natrium sulfuricum D6	Težave z jetri, žolčem, zastajanjem vode, težave s telesno težo, težave s kožo.
Št. 11 Silicea D12	Težave z lasmi in nohti, potenje rok, gnojni procesi, živčne težave.
Št. 12 Calcium sulfuricum D6	Ognojki, bronhitis, sinusitis, razjede, celulit, šoki.

V večini primerov je za izboljšanje težav treba jemati več različnih Schüsslerjevih soli hkrati, saj je potrebno podpreti telesne procese, v katere je vključenih več mineralnih soli.

Pri tem nam pomaga tudi analiza obraza, metoda s pomočjo katere **prepoznamo mineralna neravnovesja z značilnimi znaki na obrazu**. Koža na obrazu nam lahko veliko pove o splošnem počutju človeka in njegovem n-
tranjem stanju.

Ko je nekdo fizično bolan ali psihično izčrpan, se to hitro zazna na njegovem obrazu.

Če pozorno pogledamo obraz, lahko prepoznamo temnejše sence na določenih predelih kože, kolobarje pod očmi, vijolično modrikasto obarvanost, zmanjšano napetost kože, rdečine na licih, nosu, gubice, tanek bel rob ali gube nad ustnicami, izguba leska v očeh in še številne druge znake. Vendar pa smo največkrat pozorni le na spremembe na nohtih in velikokrat sploh ne opa-



zimo znakov, ki nam jih sporoča naša koža. Koža obraza je najbolj prekrvavljen in občutljiv del telesa, zato je tudi prvi pokazatelj primanjkljaja, hkrati pa odraža tudi notranje stanje človeka.

OSNOVA, NA KATERI SE JE RAZVILA ANALIZA OBRAZA

Dr. Schüssler je pozorno opazoval ljudi, ki jih je kot zdravnik zdravil z mineralnimi solmi. Opazil je, da določeni znaki na obrazu kažejo na pomanjkanje specifične mineralne soli. Po vnosu manjkajoče mineralne soli pa je prišlo do sprememb na obrazu. **Danes je ta analitičen pristop empirično in sistematično ovrednoten in potrjen.**

S PREPOZNAVANJEM AKUTNIH IN KRONIČNIH POTREB PO DOLOČENI MINERALNI SOLI LAHKO VPLIVAMO NA SVOJE POČUTJE IN ZDRAVJE

Še preden pride do slabega počutja in razpoloženja se na obrazu pojavijo znaki, ki se lahko analitično prepoznajo. Analiza obraza je zato idealna za preventivno zdravljenje! Ti znaki se lahko pojavijo tudi ob akutnih težavah (bolj očitno izraženi) ali pa so prisotni že dlje časa in večinoma sovpadajo z težavami, ki nas tarejo.

ZA VSAKO ZNAČILNO SPREMEMBO NA KOŽI OBRAZA OBSTAJA USTREZNA MINERALNA SOL

Vsako značilno spremembo na koži obraza, ki je povezana z mineralnim neravnovesjem, lahko povežemo s »signali telesa«, ki se kažejo v obliki težav fizične in/ali psihične narave.

Npr., če v notranjem kotičku očesa (slika 1) opazimo modrikasto ali sivo črno senco in/ali toplo rdečino na ušesih (slika 2), je to pokazatelj neravnovesja Ferrum phosphoricum – Schüsslerjeve soli št. 3.

Takšna temna lisa v notranjem kotičku očesa ali rdečine na ušesu so »opozorila«, da smo v tem primeru bolj dovzetni npr. za prehlade in vnetne procese v telesu, ki jih občutimo kot vnetje ušesa in grla ali pa kot povečano utrujenost in zmanjšanje koncentracije.

Katera »opozorila« (simptomi telesa) in katere značilne znake na obrazu oz. ušesu se izrazijo, je odvisno od posameznika. Pri otrocih so znaki na obrazu oz. ušesu, razen v akutnih primerih (npr. povišana telesna temperatura ali vnetje ušes / grla), običajno manj izrazito izraženi.

Spodnja znaka na obrazu oz. ušesu kažejo na izrazito neravnovesje Ferrum phosphoricum (železovega fosfata). Znaki so lahko bistveno manj izraženi. Temna lisa v kotičku očesa je lahko samo modrikasta, rdečine na ušesih pa so lahko izražene le na določenih delih ušesa.



Slika 1: temna lisa v kotičku očesa



Slika 2: topla rdečina na ušesih

VSAKODNEVNA POMOČ ZA KAKOVOSTNEJŠE ŽIVLJENJE

Schüsslerjeve tkivne (celične) soli se za izboljšanje zdravja in počutja uspešno **uporabljajo že več kot 140 let**. Nimajo neželenih učinkov ali interakcij z drugimi natiuropatskimi ali klasičnimi zdravili. Jemljejo jih lahko vsi, tudi nosečnice in majhni otroci. Spekter njihove uporabe je zelo širok in se lahko uporabljajo za lajšanje vsakodnevnih težav v procesih samozdravljenja. Za to področje obstajajo izobraževanja in knjiga v slovenskem jeziku. ■

Sreča je v dobrem počutju!

Jelka Žnidar, mag. farm.

Viri: 1. *Hickethier, K.: Sonnenschau - Lehrbuch der Antlitzdiagnostik. Verlag Charlotte Depke, Kemmenau, 7. Auflage 1993* 2. *Müller-Frahling, M.; Kasperzik, B. (2007): Biochemie nach Dr. Schüßler. Grundlagen, Praxis, Antlitzanalyse. 2., unveränd. Aufl. Deutscher Apotheker Verlag, Stuttgart, S. 226 ff*



Jelka Žnidar, mag. farm.



Inštitut za podporo zdravju
www.podporazdravju.si
info@podporazdravju.si