

Das **Schüßlersalz Nr. 6** wird für die Mizellenbildung benötigt. Hierbei werden die Fettsäuren mit Gallensäure umhüllt, um sie resorbtionsfähig zu machen.

Mit dem **Schüßlersalz Nr. 7** kann man die Triglyceride und das Cholesterin senken.

Das **Kalium chloratum** hat als Drüsenmittel einen Einfluss auf eine gut funktionierende Leber.

### Wasserhaushalt

Für den Wasser- und Wärmehaushalt ist die **Nr. 8 das Natrium chloratum** verantwortlich. Es sorgt dafür, dass genügend Wasser in die Zelle geschleust wird. So kann die Zelle optimal arbeiten und sich gut teilen.

Über das Schwitzen wird die Körpertemperatur geregelt. Zur Schweißbildung ist die Nr. 8 wichtig. Fehlt es, kann der Mensch nicht richtig schwitzen. Auch der Flüssigkeitstransport von der Tiefe zur Oberfläche wird über das Natrium chlor. gesteuert.

Zur Entwässerung des Körpers kommt die **Nr. 10, das Natrium sulfuricum**, zum Einsatz. Es sorgt dafür, dass das Wasser wieder aus der Zelle und aus dem Organismus kommt. Ist zu wenig Nr. 10 vorhanden kommt es leicht zu Ödemen.

### Gewebespezifische Salze

Bauchspeicheldrüse: Nr. 4, 6

Blase: Nr. 12

Blut: Nr. 2, 3,

Darm: Nr. 3

Drüsen: Nr. 4, 7, 9, 12

Gelenke: Nr. 8, 12

Oberhaut: Nr. 1, 6

Knochen: Nr. 1, 2, 7, 11, 22

Leber: Nr. 6, 10

Muskeln: Nr. 3, 6, 2, 7

Nerven: Nr. 2, 5, 7, 11

Nieren: Nr. 5, 8, 19

Schilddrüse: Nr. 2, 4, 14, 15

Sehnen, Bänder, Knorpeln: Nr. 1, 8



## Zentrum für positive Lebensweise

Erika & Franz Seidl

93342 Saal - 09441 80255

erikaseidl@escoaching.org

[www.fs-mineralstoffe.de](http://www.fs-mineralstoffe.de)

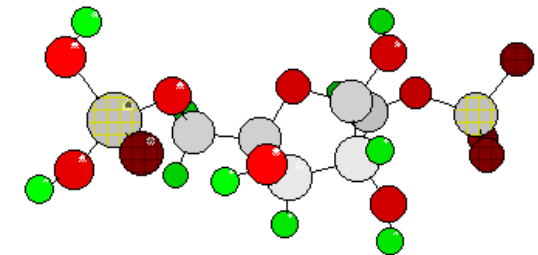
[www.fs-schuesslersalze.de](http://www.fs-schuesslersalze.de)

Weitere Information und Termine

[www.fs-bachblueten.de](http://www.fs-bachblueten.de)

e-mail: [info@fs-bachblueten.de](mailto:info@fs-bachblueten.de)

# Der Stoffwechsel und die Schüßlersalze



Glucosestoffwechsel

---

Service von Franz Seidl  
Kurze Zusammenfassung  
des Vortrags

## Mineralstoffe

sind unterteilt in **Bau- und Reglerstoffe**.

**Calcium, Phosphor** und **Magnesium** zählen zu den Baustoffen. **Jod, Natrium, Kalium, Eisen** und **Chlor** gehören zu den Reglerstoffen. Sie wirken z.B. in enzymatischen Reaktionen. Einige Elemente besitzen allerdings Bau- und Regeleigenschaften zugleich. So ist **Phosphor** am **Aufbau** von Knochen und Zähnen und zugleich an der **Regulation** des Säure-Basen-Haushalts beteiligt.

Nach ihrer **Konzentration** im Körper werden Mineralien in **Mengen- und Spurenelemente** aufgeteilt.

Von Mengenelemente spricht man, wenn mindestens 50 mg pro kg Körpertrockenmasse vorkommen. Spurenelemente liegen unter dieser Marke.

### Mengenelemente

Die verschiedenen Mengenelemente sind am Aufbau von Knochen und Zähnen beteiligt. Darüber hinaus stehen sie untereinander in enger funktioneller Beziehung. Die auch als Elektrolyte bezeichneten Mengenelemente sorgen im menschlichen Körper als positiv geladene Kationen und negativ geladene Anionen für die wichtige Elektroneutralität zwischen den mit Flüssigkeit gefüllten Räumen. Sie regulieren und gewährleisten den osmotischen Flüssigkeitsausgleich zwischen diesen Räumen. Sie bestimmen auch die Löslichkeit von Proteinen. Die Ionen (Kationen und Anionen) sind zwischen den zellinneren und zelläußeren Räumen nicht gleich verteilt. D.h. im Inneren einer Zelle herrscht eine andere Ladung als außerhalb der Zelle. Dieser Ladungsunterschied ist die Voraussetzung für Reizweiterleitung und Erregbarkeit von Zellen.

Um diesen Ladungsunterschied zu regulieren und aufrecht zu halten, ist ein hoher Energieaufwand nötig. Die Ausscheidung der osmotisch wirkenden Elektrolyte ist nur zusammen mit Wasser möglich. Darum ist der Stoffwechsel der Elektrolyte (Mengenelemente) eng mit dem Wasserhaushalt verknüpft.

Zu den Mengenelementen gehören:

Calcium (Ca), Chlor (Cl), Kalium (K), Magnesium (Mg), Natrium (Na) und Phosphor (P).

### Spurenelemente

Spurenelemente sind z.Z. noch weitgehend unerforscht. Bei einigen Spurenelementen ist bis heute nicht genau erforscht, welche Aufgaben und Funktionen sie im menschlichen Stoffwechsel haben. Es steht nicht so sehr die Toxizität der Spurenelemente (z.B. Arsen, Blei, Cadmium) im Vordergrund der Untersuchungen, sondern vielmehr Bedarf, Mangelerscheinungen, Funktion und Bioverfügbarkeit. Das wohl zurzeit am besten erforschte Spurenelement ist Eisen.

Liste der Spurenelementen

Cobalt (Co), Eisen (Fe), Fluor (F), Jod (J), Kupfer (Ku), Mangan (Mn), Molybdän (Mo), Nickel (Ni), Selen (Se), Vanadium (V), Zink (Zn) und andere.

### **Prinzip des Stoffwechsels:**

**"Zersägen - Spalten - Aufstapeln"** Mit allen Nahrungsmitteln, die wir zu uns nehmen, verfährt der Körper auf die gleiche Weise. Man könnte ein Motto erfinden, z. B. "Zersägen - Spalten - Aufnehmen - Verwerten - Aufstapeln".

Die Mineralstoffe und Vitamine sind für den Stoffwechsel wichtig!

Ohne Sauerstoff kommt der Stoffwechsel allgemein zum Erliegen. Damit genügend Sauerstoff transportiert wird, benötigt es **Ferrum phos., Nr. 3**.

Fehlt es reduziert sich die Verbrennung und Fette, Kohlenhydrate und Eiweiße können nur ungenügend verstoffwechselt werden, das äußert sich zunächst in einer verminderten Energiegewinnung.

Das wichtigste Salz jedoch ist **die Nr. 9, das Natrium phosphoricum!** Es ist an allen Stoffwechselgeschehen beteiligt und auch noch für den **Säure-Basen Haushalt** verantwortlich.

Natrium phos. spaltet Milch-, Harn- und Fettsäuren auf. Über Enzyme und Co-Enzyme werden so Eiweiße, Kohlenhydrate und Fette so aufbereitet, dass der Organismus sie aufnehmen kann. Fehlt es an **Natrium phos.** so verschiebt sich das Zellmilieu zur Azidose. Der Fettsäurespiegel in den Körperzellen und der Milchsäurespiegel in den Muskelzellen steigen an. Zugleich steigt auch der Kohlensäureanteil, der nicht abgeatmet werden kann und so eine Übersäuerung des Blutes verursacht. Dies wiederum zieht dann einen Mangel an Calcium phosphoricum wie auch Calcium fluoratum – Mangel nach sich.

Eine weitere Folge des Mangels der **Nr. 9** ist der Harnsäureüberschuss. Dieser erzeugt Gicht und rheumatische Erkrankungen an Muskel und Gelenken.

### **Eiweißstoffwechsel:**

Das **Calcium phos., die Nr. 2**, hat eine ähnliche Struktur wie das Eiweiß, so wundert es nicht, dass es für den Eiweißstoffwechsel besonders wichtig ist.

Die Nr. 2 ist maßgeblich an der Bildung der Zellmembran und dem Ausbau von Zellorganellen verantwortlich. Die Zellmembran ist nun wiederum aus Fett und Eiweiß (Protein) aufgebaut. Fehlt die Nr. 2, so kommt es zu erhöhter Durchlässigkeit der Zellmembran. Das Eiweiß diffundiert ab, - es kommt zur Orangenhaut!

Auch die Phosphorien fließen so ab, was zu einem Energiemangel führt, da die Phosphorien für die Energiegewinnung über das Adenosintriphosphat (ATP) benötigt werden.

**Silicea** schafft die Verbindungsstrukturen zwischen Eiweiß und Wasser.

### **Stoffwechsel der Kohlenhydrate**

Gesteuert wird die Glykolyse über Enzyme. Dabei spielen auch Mineralstoffe, z. B. **Magnesium, Kupfer, Mangan** und die Vitamine B1, B6, Biotin und Nicotinamid eine Rolle.

Zur Resorption aus dem Dünndarm wird **Natrium** benötigt! Beim Abbau der Kohlenhydrate zerlegt Natrium phos. die Saccharide in Kohlensäure und Wasser, wodurch Energie entsteht. Damit wird nun auch klar, warum Süßigkeiten den Vorrat an Mineralstoff Natrium phos. ausräubern.

Für die Produktion von Pankreasamylase in der Bauchspeicheldrüse wird **Kalium sulfuricum, die Nr. 6**, benötigt. Da auch die Leber am Zuckerstoffwechsel beteiligt ist, kommt noch der Mineralstoff **Natrium sulfuricum** zum Einsatz.

### **Fettstoffwechsel**

Der Fettstoffwechsel ist stark an den Mineralstoff **Natrium phosphoricum** gekoppelt, da es die Fettsäuren aufspaltet und so für den Körper verfügbar macht.

Fehlt es an **Nr. 9**, so kommt es zu einem Stau an Fettsäuren. Das hochwertige Fett wird eingelagert und das minderwertige Fett wird abgestoßen. So kommt es zu fetten Haaren, fatter Haut. In Folge davon zu Pickeln, Abszessen, Furunkeln und Fetteinlagerungen unter der Haut und im Bindegewebe.