

Inhalt

Vorwort	XI
Einleitung	XIII

Teil 1: Allgemeine Grundlagen

1	Gesundheit und ihre Bedingungen	3
1.1	Grundkonstitution	3
1.2	Physisches Milieu	4
1.3	Ernährung	5
1.4	Psychisches Milieu	6
1.5	Einstellung zur Gesundheitsvorsorge	7
2	Wenn der Körper aus dem Gleichgewicht gerät	8
2.1	Der vielschichtige Mensch	8
2.2	Einseitige Belastungen	11
2.3	Überforderungen	12
2.4	Belastungen aus anderen Ebenen	12
2.5	Psychosomatische Störungen	13
3	Zu viel Säure	16
3.1	Nahrung	16
3.2	Anstrengung	18
3.2.1	Muskeln	18
3.2.2	Gedanken	18
3.3	Energetische Belastungen	19
3.4	Psychische Belastungen	19
4	Überbelastung mit Schadstoffen	20
4.1	Umwelt	20
4.2	Nahrung	21
4.2.1	Störung des Gleichgewichts zwischen Aufnahme und Ausscheidung	21
4.2.2	Belastungen	22
4.2.3	Entschlackung	22
4.2.4	Der abbauende Flüssigkeitshaushalt	23
4.3	Wohnung	24
5	Deponien	26
5.1	Kurzfristige Deponien	26
5.2	Langfristige Deponien	27

6 Störungen des Stoffwechsels	29
6.1 Stoffwechselblockade: Eiweiß	29
6.1.1 Ein Erfahrungsbericht zur Eiweißallergie	31
6.2 Stoffwechselblockade: Fett	34
6.3 Stoffwechselblockade: Schadstoffe	37
6.3.1 Stoffwechselblockade: Schlacken	37
6.3.2 Stoffwechselblockade: Säure	37
6.3.3 Stoffwechselblockade: externe Stoffe	40
7 Freie Radikale	42
7.1 Entstehung der freien Radikalen	42
7.2 Folgen der Überbelastung mit freien Radikalen	42
7.3 Oxidativer Stress	43
7.4 Antioxidanzen	43
8 Kompensationsbestrebungen des Organismus	45
8.1 Adaptionsfähigkeit	45
8.2 Nikotinschaukel	45
8.3 Säureschaukel	46
9 Mineralstoffe als wesentliche Betriebsstoffe	47
9.1 Ohne Mineralstoffe kein Leben	47
9.2 Zwei Bereiche der Mineralstoffe	49
10 Konsequenzen eines Mangels	53
10.1 Störungen im Bau des Körpers	53
10.2 Störungen im Betrieb des Körpers	53
10.3 Kompensation eines Mangels	54
11 Die Mineralstoffe nach Dr. Schüßler	55
11.1 Darreichungsform	56
11.2 Einnahme	56
11.3 Innere Anwendung	57
11.4 Äußere Anwendung	68
11.4.1 Bäder	68
11.4.2 Waschungen	68
11.4.3 Das Auflegen von Mineralstoffen: Brei oder Kompressen	69
11.4.4 Salben	70
11.4.5 Cremegele sind hydrophile Salbengrundlagen	71
11.4.6 Mineralstoffe nach Dr. Schüßler als Cremegel oder Salbe – eine Übersicht	71
11.4.7 Mineralstoffe nach Dr. Schüßler in Tropfenform	73
11.4.8 Weitere Möglichkeiten der äußeren Anwendung	76
12 Abbau der Speicher	78
12.1 Arten der Speicher	78
12.2 Die Speicher als Puffersystem	80

12.3	Die Notwendigkeit des Auffüllens von Speichern	81
12.4	Der Betrieb wird systematisch eingeschränkt	81
12.4.1	Die Blutuntersuchung und ihre Aussagekraft über die Mineralstoffspeicher im Körper	81
12.4.2	Ernährung	83
12.4.3	Leistung	83
12.4.4	Bewegungsfähigkeit	83
12.4.5	Ausscheidung	84
13	Zerlegung von Gewebe	85
13.1	Der Organismus opfert sein Gewebe	85
13.2	Die Not ist groß	85
13.3	Der Körper wird auf Sparflamme gesetzt	86
14	Ausscheidung der belastenden Stoffe	88
14.1	Ausleitung	88
14.2	Entlastung	88
14.3	Ausscheidung der Säure über die Niere	89
14.4	Ausscheidung der Schadstoffe über die Leber und den Dickdarm	90
15	Klassische Homöopathie und Biochemie nach Dr. Schüßler – eine Gegenüberstellung	91
16	Reaktionen	94
16.1	Die Hering'sche Regel	94
16.2	Ursache der Reaktionen	95
16.3	Veränderungen sind notwendig!	96
16.4	Unterschied zwischen Reaktion und Heilungsprozess	96
17	Notausgang Haut	98
17.1	Salzig-brennend	98
17.2	Sauer-scharf	98
17.3	Juckend-beißend	99

Teil 2: Allergien

18	Panische Reaktionen – Allergie	103
18.1	Allergie als Not	103
18.2	Allergie als Abwehr?	103
19	Einteilung von Allergien	105
19.1	Formen von Allergien	105
19.2	Typen von Allergien	107

20 Allergische Reaktionen des Körpers	109
20.1 Histamin	109
20.2 Nase	109
20.3 Atemwege	110
20.4 Haut	112
20.5 Auge	112
20.6 Verdauungstrakt	112
21 Der psychische Anteil an Allergien	113
22 Die Allergiemischung	114
22.1 Eiweißfasten	114
23 Anwendungsprotokolle zur Allergie	115
23.1 Asthma	115
23.2 Hausstauballergie	116
23.3 Heuschnupfen	118
23.4 Insektenstiche	123
23.5 Kontaktallergie	123
23.6 Lebensmittelallergie	125
23.7 Sonnenallergie	126

Teil 3: Hautkrankheiten

24 Auswirkungen von Mineralstoffmängeln bzw. Ausscheidungsproblemen auf die Haut	131
25 Krankheiten der Haut	136
25.1 Akne – Acne vulgaris, Acne conglobata	136
25.2 Alopecia areata – kreisrunder bis ovaler Ausfall der Kopfhaare	140
25.3 Altersflecken – Lentigo senilis oder solaris	140
25.4 Aphthen	141
25.5 Augen, trocken	142
25.6 Bartflechte – Folliculitis barbae	143
25.7 Bindehautentzündung – Konjunktivitis	144
25.8 Bläschen – Vesicula	146
25.9 Bluterguss – Hämatom	146
25.10 Blutschwamm – Hämangiom	147
25.11 Couperose	148
25.12 Dekubitus	148
25.13 Hautreaktionen auf Desinfektionsmittel, Waschmittel	149
25.14 Dupuytren-Kontraktur – Beugekontraktur	150
25.15 Dyshidrotisches Hand- und Fußekzem – Dyshidrie, Dyshidrosis ...	151
25.16 Ekzem, unspezifisch	153

25.17	Erfrierung	154
25.18	Erysipel – (Wund-)Rose	155
25.19	Feuermal – Naevus flammeus	156
25.20	Fluor vaginalis	156
25.21	Furunkel	157
25.22	Fußpilz	158
25.23	Ganglien – Überbeine	159
25.24	Haarausfall	160
25.25	Hämorrhoiden	161
25.26	Hautmilben, Krätze – Skabies	161
25.27	Herpes simplex	162
25.28	Herpes zoster – Zoster, Gürtelrose	163
25.29	Ichthyosen – Fischeschuppenkrankheit	164
25.30	Insektenstiche	165
25.31	Juckreiz – Pruritus	166
25.32	Kandidose – Soormykose, Soor, Moniliose, Candida albicans	168
25.33	Karpaltunnelsyndrom	169
25.34	Kinderkrankheiten mit Auswirkungen auf die Haut	170
25.34.1	Drei-Tage-Fieber	171
25.34.2	Windpocken – Varizellen	171
25.34.3	Scharlach – Scarlatina	172
25.34.4	Masern – Morbilli	173
25.34.5	Röteln – Rubeola	174
25.34.6	Mumps – Ohrspeicheldrüsenentzündung, Parotitis epidemica	175
25.35	Kontaktdermatitis	176
25.36	Krampfadern – Varizen	176
25.37	Leberflecken	177
25.38	Leukoplakie	178
25.39	Lichen ruber planus – flache Knötchenflechte	178
25.40	Lichtdermatosen	179
25.41	Lipom – Fettgeschwulst	180
25.42	Lippen, aufgesprungene – Cheilitis simplex, Cheilitis sicca	180
25.43	Lupus – systemischer Lupus erythematoses	181
25.44	Melanom	182
25.45	Mikrosporie, Trichophytie	182
25.46	Milien – Hautgriß	183
25.47	Mundrose – periorale Dermatitis	184
25.48	Mundwinkelrhagaden – Faulecken, Cheilitis angularis, Perlèche	184
25.49	Muttermale	185
25.50	Nagelveränderungen und Nagelerkrankungen – Onychopathien	186
25.51	Neurodermitis – Dermatitis atopica, endogenes Ekzem	187
25.52	Parodontose	190
25.53	Phimose	191
25.54	Pilze	191
25.55	Psoriasis – Schuppenflechte	192
25.56	Quincke-Ödem	194

25.57 Rhagaden	194
25.58 Rosazea – Acne rosacea, Kupferfinnen	195
25.59 Schleimhautatrophie im Genitalbereich	197
25.60 Schleimhaut, trocken	197
25.61 Schuppen und seborrhoisches Ekzem	199
25.62 Sklerodermie, progressive systemische (PSS)	200
25.63 Sonnenbrand	201
25.64 Schwangerschaftsstreifen – Striae distensae	201
25.65 Thrombophlebitis und Phlebothrombose	202
25.66 Ulcus cruris – Unterschenkelgeschwür	203
25.67 Ulcus vulvae acutum	204
25.68 Ulkus – Geschwür	205
25.69 Urticaria – Nesselausschlag	205
25.70 UV-Strahlung	206
25.71 Varikose – Varicosis	208
25.72 Verätzungen	209
25.73 Verbrennungen, Verbrühungen	210
25.74 Verhärtungen	211
25.75 Vitiligo	211
25.76 Vulvovaginitis	211
25.77 Warzen	212
25.78 Windeldermatitis – Dermatitis glutaealis papulosa infantilis	213

Anhang

Adressen, Autorenangaben	217
Adressen	217
Über die Autoren	217
Vorträge, Seminare, Ausbildung, Auskünfte	218
Anfragen über Produkte aus der Biochemie nach Dr. Schüßler	219
Homepage	219
Literatur	220
Stichwortverzeichnis	222