



Thieme

Schüßler-Salze für den Winter  
Karoline Dichtl

# Schüßler-Salze für den Winter

Erkältungserkrankungen und typische Winter-Symptome mit Schüßler-Salzen behandeln

# Karoline Dichtl

- Ausbildung als Krankenschwester mit langjähriger Erfahrung und der Fachfortbildung Intensivmedizin
- Heilpraktikerin seit 1994, in eigener Praxis seit 2001 mit dem Schwerpunkt Schüßler-Salze, Homöopathie und chinesische Medizin (Akupunktur, Ernährung, Wandlungsphasenmodell)
- Buchautorin: „Schüßlersalze und Homöopathie erfolgreich kombinieren“ (Trias Verlag, 2012), „Das Kältephänomen – das Geheimnis wärmender Ernährung“ (BoD, 2014) und „Wechseljahre – Hochsommer des Lebens“ (BoD, 2016), da Schüßler-Salze, Homöopathie und die Betrachtungsweise der 5 Elemente (TCM) vereint.

# Kommunikationsregeln

- Schenken Sie dem Web-Seminar Ihre volle Aufmerksamkeit.
- Schreiben Sie im Chat möglichst kurze Sätze.
- Tauschen Sie sich im Chat nicht zu anderen Themen aus.
- Stellen Sie Fragen erst am Ende des Web-Seminars in der dafür vorgesehenen Fragerunde.

# Agenda

- Winterzeit – Erkältungszeit
- Schüßler-Salz Nr. 3 Ferrum phosphoricum – akute Symptomatik
- Schüßler-Salz Nr. 4 Kalium chloratum – chronifizierte Symptomatik
- Schüßler-Salz Nr. 6 Kalium sulfuricum– chronifizierte, fortgeschrittene Symptomatik
- Schüßler-Salz Nr. 8 Natrium chloratum– Symptome durch Trockenheit
- Schüßler-Salz Nr. 5 Kalium phosphoricum – Winterblues
- Zusammenfassung
- Fragen

# Winterzeit – Erkältungszeit

- Schüßler-Salze stärken das Immunsystem.
- Menschen, die mit Schüßler-Salzen vorbeugen, haben eher seltener Erkältungserkrankungen oder zumindest mildere Verläufe.
- Der Einsatz von Schüßler-Salzen ist nur bei viralen Erkrankungen (und Erkrankungen durch Pilze) sinnvoll, bei bakteriellen Superinfektionen braucht es ein Antibiotikum.
- Viele Menschen haben durch die trockene Heizungsluft trockene Schleimhäute mit Symptomen wie trockener Husten, trockene Augen (Sandkorngefühl), trockene Nasenschleimhäute, u.U. mit Nasenbluten.

# Nr. 3 Ferrum phosphoricum D12 – Symptomatik

- 1. Entzündungsstadium
- milde Symptomatik
- In der Anamnese erhält man oft keine klaren Informationen.
- allgemeines Unwohlsein oder „Grippegefühl“

## Nr. 3 Ferrum phosphoricum D12 – Antlitzzeichen

- leichte, helle Röte an der Stirn oder am Kinn
- rote Ohrkrempe
- „Ferrum-Schatten“: violette Verfärbung am inneren, unteren Augenrand
- Zunge trotz Erkrankung belaglos

# Nr. 3 Ferrum phosphoricum D12 – Anwendung

- **Akute Symptomatik:**
  - 3 x tgl. als „Heiße 3“; hierfür 10 Tabletten in ca. 200 ml warmem Wasser auflösen und schluckweise noch warm trinken
  - Anwendungsdauer: maximal 3 Tage
  
- **Zur Vorbeugung weiterer Erkrankungen:**
  - 1 x tgl. als „Heiße 3“
  - Die Einnahme erfolgt idealerweise morgens oder mittags
  - Anwendungsdauer: 6 Wochen

# Nr. 4 Kalium chloratum D6 – Symptomatik

- 2. Entzündungsstadium
- alle Arten von Katarrhen
- Patient kann sein Symptom eindeutig benennen: Kopfschmerz, Gliederschmerz, Schnupfen, Husten, etc.
- Sekrete sind weiß bis hellgelb
- mäßige Sekretion

## Nr. 4 Kalium chloratum – Antlitzzeichen

- weiße, bläuliche, livide oder violette Verfärbungen im Gesicht, z.B. am Oberlid
- violette, livide Verfärbung der Wangen, u.U. massiv ausgeprägt
- charakteristischer Milchbart
- kreisförmig weiß umrahmte Augen
- weißer Zungenbelag, je nach Krankheitsausprägung hochflorig

# Nr. 4 Kalium chloratum D6 – Anwendung

- akute Symptomatik:
  - 5 x tgl. oder öfter 2 Tabletten im Mund zergehen lassen
  - Anwendungsdauer: maximal 3 Tage
  
- Zur weiteren Vorbeugung von Erkrankungen:
  - 3 x tgl. jeweils 2 Tabletten im Mund zergehen lassen
  - Anwendungsdauer: bis der weiße Zungenbelag verschwunden ist plus weitere 4 Wochen

# Nr. 6 Kalium sulfuricum D6 – Symptomatik

- 3. Entzündungsstadium
- viel Sekret, zähem Sekret oder stockender Sekretion
- starke Sekretion, d.h. der Patient muss sich während der Konsultation mehrfach die Nase putzen.
- bitterer Geschmack des Sekrets
- ständiges Räuspern, weil Bronchialsekrete sich nicht lösen
- Krankheitsgefühl stark ausgeprägt

## Nr. 6 Kalium sulfuricum – Antlitzzeichen

- Zungenbelag evtl. gelb bis gelb-grün.
- Symptomatik lässt sich vom Behandler mit allen Sinnen wahrnehmen.

# Nr. 6 Kalium sulfuricum D6 – Anwendung

- **Akute Symptomatik:**
  - 3 – 5 x tgl. jeweils 2 Tabletten im Mund zergehen lassen
  - Anwendungsdauer: 6 Wochen lang
  - danach Mittelwechsel: ab jetzt Schüßler-Salz Nr. 4 D6, 3 x tgl. 2 Tabletten für 6 Wochen
  - danach Mittelwechsel: ab jetzt Schüßler-Salz Nr. 3 D6 1 x tgl. als „Heiße 3“ wiederum für 6 Wochen
  
- ➔ bei sehr zähen Sekreten zusätzlich 1 – 2 x tgl. für 6 Wochen Schüßler-Salz Nr. 8 D6 als „Heiße 8“: 10 Tabletten in 200 ml warmem Wasser auflösen und noch warm schluckweise trinken

## Nr. 8 Natrium chloratum D6 – Symptomatik

- Trockenheit steht im Vordergrund
- ausgeprägte Trockenheit der Schleimhäute und der Haut
- trockener Husten, der oft den Schlaf stört
- trockene Augen mit Sandkorn- oder Fremdkörpergefühl
- trockene Nasenschleimhaut mit Neigung zu Nasenbluten
- Erkältungssymptome, die mit Kopfschmerzen einhergehen
- ausgeprägtes Durstgefühl
- Verstopfung

# Nr. 8 Natrium chloratum D6 – Antlitzzeichen

- mehlig Schuppen auf der Haut
- Hautfalte, die stehen bleibt, nachdem man sie angehoben hat
- Oberlid-Ödeme

# Nr. 8 Natrium chloratum D6 – Anwendung

- **Akute Symptomatik:**
  - 1 - 2 x tgl. als „Heiße 8“; hierfür 10 Tabletten in ca. 200 ml warmem Wasser auflösen und schluckweise noch warm trinken
  
  - Anwendungsdauer: mehrere Wochen oder den ganzen Winter hindurch

# Nr. 5 Kalium phosphoricum D6 – Symptomatik

- Im Winter kommt es durch den Lichtmangel zu Melancholie oder depressiven Verstimmungen
- Gewichtszunahme durch Bewegungsmangel
- große Unruhe bei gleichzeitiger Erschöpfung
- geistige Müdigkeit oder Erschöpfung
- andauerndes Schlafbedürfnis ohne erholsamen Schlaf
- ausgeprägte Depression

# Nr. 5 Natrium phosphoricum D6 – Antlitzzeichen

- ausgeprägte, kreisförmige Augenringe
- je nach Dauer des Mangels bräunliche, braune oder sogar schwarze Augenringe
- Weiße, helle Stelle auf der Schläfe
- eingefallene Region an der Schläfe, seitlich der Augenbraue
- Mundgeruch

# Nr. 5 Kalium phosphoricum D6 – Anwendung

- Akute Symptomatik:
  - 2 – 3 x tgl. jeweils 2 Tabletten im Mund zergehen lassen
  - Anwendungsdauer: 6 Wochen lang
  - Einnahme nicht nach 16 Uhr

# Zusammenfassung

- Sie kennen nun die Gruppe der Mittel für den Winter.
- Sie wissen, dass man mit Schüßler-Salzen Erkältungskrankheiten behandeln kann.
- Sie wissen, in welchem Stadium Sie die Schüßler-Salz Nr. 3, Nr. 4 beziehungsweise Nr. 6 einsetzen.
- Sie kennen das Schüßler-Salz gegen Trockenheit durch trockene Heizungsluft.
- Sie kennen das Schüßler-Salz gegen seelisches Tief auf Grund von Lichtmangel.

# Fragen

- Haben Sie Fragen zum Web-Seminar?
- Haben Sie Fragen zu den Inhalten des E-Learning-Kurses allgemein?



# Hinweis

Mehr über die Anwendung der Schüßler-Salze für den Winter können Sie im E-Learning-Kurs **„Grundlagen der Biochemie nach Dr. Schüßler“** lernen.

<https://www.heilpraktikerkurse.de/online-kurs/biochemie-schuessler>

**Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit  
und einen schönen Abend!**