



Thieme

Schüßler-Salze für Schwangerschaft und  
Stillzeit

Karoline Dichtl

# Schüßler-Salze für Schwangerschaft und Stillzeit

Schüßler-Salze für die Herausforderungen in einer  
normal verlaufenden Schwangerschaft, für akute  
Beschwerden und für eine kraftvolle Stillzeit

# 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

- Der Verlauf einer Schwangerschaft
- Das 1. Trimenon/Anwendung der Schüßler-Salze
- Das 2. Trimeon/Anwendung der Schüßler-Salze
- Das 3. Trimenon/Anwendung der Schüßler-Salze
- Schüßler-Salze für die Stillzeit
- Zusammenfassung
- Fragen

# Unbedingt beachten!

Behandeln Sie Schwangere nur,  
wenn Sie sich sehr sicher in der  
Auswahl  
der Schüßler-Salze  
fühlen.

# Der Verlauf einer Schwangerschaft

- Eine Schwangerschaft wird in 3 Drittel eingeteilt, man spricht von „Trimenon“
- 1. Trimenon: 1. bis 13. Schwangerschaftswoche (SSW)
- 2. Trimenon: 14 bis 26. SSW
- 3. Trimenon: 27. bis 39./40. SSW

# 1. Trimenon: 1. bis 13. SSW

- Die befruchtete Eizelle wandert in die Gebärmutter und nistet sich dort ein.
- Die Menstruation bleibt aus.
- Das Gelbkörperhormon wird bis zur 12. Woche ausgeschüttet und steigt stetig an.
- Ab der 6. SSW schlägt das Herz des Fötus.
- Die Schwangerschaft ist im 1. Trimenon noch nicht gesichert, es kommt noch häufiger zum Abstoßen der Eizelle.

# 1. Trimenon: 1. bis 13. SSW

- Manche Frauen bemerken die Schwangerschaft in diesem Stadium nicht.
- Körperliche Veränderungen sind – bis auf das Ausbleiben der Menstruation – geringfügig.
- Der Embryo wächst stark.
- Im 1. Trimenon werden Zähne, Knochen und alle inneren Organe angelegt.



Das wichtigste Schüßler-Salze ist Nr. 2 Calcium phosphoricum

# 1. Trimenon: 1. bis 13. SSW

Sobald die Frau von ihrer Schwangerschaft weiß, sollte sie vom

**Schüßler-Salz Nr. 2 Calcium phosphoricum D6**

3 x täglich je 2 Tabletten einnehmen

# 1. Trimenon: 1. bis 13. SSW

Beschwerden:

- Schwangerschaftsübelkeit
- Schwangerschaftserbrechen

➔ bei diesen Symptomen sind homöopathische Mittel oder Konstitutionsmittel geeigneter.

## 2. Trimenon: 14. bis 26. SSW

- Es kommt zu zunehmend sichtbaren Schwangerschaftszeichen, Bauch und Brüste wachsen.
- Die Haut braucht Elastizität.
- Ab der 14. SSW ist das Geschlecht des Fötus zu erkennen.
- Die Schwangerschaft gilt als gesichert.

## 2. Trimenon: 14. bis 26. SSW

- Der Fötus wächst weiterhin stark.
- Zwischen der 17. bis 22. SSW werden die ersten Kindsbewegungen wahrgenommen.
- Am Ende der 22. SSW ist ein Fötus mit 500g überlebensfähig, sofern intensivmedizinische Behandlungen zur Verfügung stehen.
- Es ist alles im Fötus angelegt, was er zum Leben braucht



Das wichtigste Schüßler-Salze ist weiterhin Nr. 2 Calcium phosphoricum.

## 2. Trimenon: 14. bis 26. SSW

### Beschwerden:

- Schwangerschaftsstreifen, v.a. wenn ein Bedarf an Nr. 1 Calcium fluoratum D12 vorliegt.
- Nächtliche Wadenkrämpfe weisen auf einen Bedarf an Nr. 2 Calcium phosphoricum D6 hin.
- Müdigkeit und Erschöpfung sind ein erster Hinweis auf einen Bedarf von Nr. 3 Ferrum phosphoricum D12.
- Wassereinlagerungen zeigen bei manchem Frauen einen Bedarf von Nr. 8 Natrium chloratum D6 an.

## 2. Trimenon: 14. bis 26. SSW

Schüßler-Salze je nach Beschwerden:

- Nr. 1 Calcium fluoratum D12: je nach Ausprägung des Bedarfs 20 bis 30 Tabletten täglich einnehmen.
- Nr. 2 Calcium phosphoricum D6: Sofern das Schüßler-Salz bisher nicht eingesetzt worden ist, sollten davon ab jetzt 3 x 2 Tbl. eingenommen werden.
- Nr. 3 Ferrum phosphoricum D12: Alle Aufbauvorgänge verbrauchen Eisen. Daher kommt es häufiger zu einem Mangel, der mit 1 – 2 x tgl. einer „Heißen 3“ ausgeglichen werden kann.
- Nr. 8 Natrium chloratum D6: regt die Ausscheidung über die Nieren an. Je nach Ausprägung 1-2x tgl. als „Heiße 8“ anwenden.

## 3. Trimenon: 27. bis 40. SSW

- Der Körperumfang nimmt von Woche zu Woche deutlich zu.
- Die Schwangerschaft wird von Woche zu Woche beschwerlicher.
- Alle Organe und der ganze Körper des Fötus wachsen von Woche zu Woche.
- Die Haut braucht Elastizität.
- Die Gewichtszunahme beträgt im Normalfall 10 bis 12 kg-
- Bei einer „Milzschwäche“ (TCM) kann es zu einer Gewichtszunahme von 20 kg und mehr kommen-

## 3. Trimenon: 27. bis 40. SSW

- Etwa 4 Wochen vor der Geburt beginnt der Fötus sich abzusenken. Die Geburtsvorbereitung beginnen.
  - Etwa ab der 36. SSW kann es zu Vorwehen, sog. Senkwehen kommen.
- ➔ diese bedeuten das Ende der Behandlung mit Schüßler-Salzen bis zum Ende des Wochenbettes (6 Wochen nach der Geburt).

## 3. Trimenon: 27. bis 40. SSW

Beschwerden:

- Schwangerschaftsstreifen  
Nr. 1 Calcium fluoratum D12  
Dosierung: 20 – 30 Tabletten täglich, zusätzlich Creme/Salbe/Gel
- Sodbrennen  
Nr. 9 Natrium phosphoricum D6  
Dosierung: als „Heiße 9“ anwenden  
Nr. 4 Kalium chloratum D6  
Dosierung: 3 x tgl. 2 Tbl.(auf Antlitzzeichen achten!)
- Verstopfung  
Nr. 8 Natrium chloratum D6  
Dosierung: als „Heiße 8“ anwenden

## 3. Trimenon: 27. bis 40. SSW

Beschwerden:

- Reizblase  
Nr. 8 Natrium chloratum D6  
Dosierung: als „Heiße 8“ anwenden
  
- Rückenschmerzen  
Nr. 1 Calcium fluoratum D12  
Dosierung: 20 – 30 Tabletten täglich  
  
Nr. 2 Calcium phosphoricum D6  
Dosierung: 3 x 2 Tbl. tgl.  
  
Nr. 7 Magnesium phosphoricum D6  
Dosierung: als „Heiße 7“ anwenden, auch als Creme/Gel/Salbe einsetzen
  
- Kurzatmigkeit:  
Nr. 3 Ferrum phosphoricum D6  
Dosierung: als „Heiße 3“

# Schüßler-Salze für die Stillzeit

- Während der gesamten Stillzeit  
Nr. 2 Calcium phosphoricum D6  
Dosierung: 3x tgl. je 2 Tabletten
  
- Gewichtsprobleme  
Nr. 9 Natrium phosphoricum D6 + Nr. 10 Natrium sulfuricum D6  
Dosierung: morgens als „Heiße 10“ und abends als „Heiße 9“
  
- Wochenbettdepression  
Homöopathisches Einzelmittel  
Acidum phosphoricum D12  
Dosierung: 3x tgl. 5 Globuli

# Zusammenfassung

- Sie kennen die drei Trimenon der Schwangerschaft.
- Sie kennen körperliche Veränderungen und Beschwerden in den einzelnen Trimenon.
- Sie kennen Schüßler-Salze, die in der Schwangerschaft und Stillzeit häufig eingesetzt werden.
- Sie kennen die Grenzen der Erlaubnis ihrer Beratungstätigkeit.

# Hinweis

Mehr über die Anwendung der Schüßler-Salze bei Schwangeren und in der Stillzeit 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!**