

# Dr. Schüssler und seine Mineralsalze

Vortrag von Georg Kissling, gehalten für den Schweizerischen Verein für Homöopathie. 30. April 2002 im Volkshaus, Zürich.  
Dr. Wilhelm Heinrich Schüssler, (1821-1898)

**Taschenatlas Homöopathie** (S. 183)

**Geschichte der Homöopathie**, R. Tischner  
(Schüssler ⇔ Homöopathie)  
(Grauvogl ⇔ oxygenoid, carbo-nitrogen, hydrogen)

**Konstitutionstypen**  
(Choleriker, Melancholiker, Sanguiniker, Phlegmatiker)

**Biochemie**  
(Kleines Phytomed) Einleitung  
Funktionsmittel (S. 1)  
12+13 Ergänzungsmittel.  
Einnahme, Dosierung S. 11, Salben.

**Lehrbuch der Biochemie**  
Was heisst Biochemie? (S. 11)  
Kurt Hickethier  
Wer war Dr. Schüssler? (S. 14)  
Was müssen wir wissen? (S. 17)  
Begründung; Salze. (S. 19)  
Einzelne Funktionstypen. (S. 38)  
Bsp. Asthma (S. 89)  
Ausschläge (S. 95)  
Absonderungen (S. 81)  
Husten (S. 139)  
Schwangerschaft (S. 178)  
Rekonvaleszenz (S. 182)  
Zunge (S. 186)

**Lehrbuch der Biochemie** (S. 23-39)

- A) Entzündungsstudien** (3)  
1.) Hyperämie (Ferrum-phosphoricum)  
2.) Ausschläge (Kalium-chloratum)  
3.) Wiederherstellung  
(Kalium-sulphuricum)
- B) Nervensalze** (5)  
(Kali-p, Nat-m, Nat-p, Mag-p, Sil)
- C) Blutsalze** (7)  
(Calc-p, Nat-m, Nat-p, Nat-s,  
Kali-p. Kali-mur, Ferr-p)

- D) Knochensalze** (4)  
(Sil, Nat-m, Calc-p, Mag-p)
- E) Muskelsalze** (6) (Ferr-p,  
Kali-s, Kali-chl, Kali-p, Calc-p, Mag-p)
- F) Sehnen- und Bändersalze** (2) (Calc-f, Sil)
- G) Schutzorgane, Hautsalze** (4)  
(Kali-s, Sil, Nat-m, Calc-f)
- H) Blutgefässsalze** (4)  
(Calc-f, Ferr-p, Sil, Mag-p)
- J) Fäulnisverhütende Salze** (3)  
(Kali-p, Nat-m, Mag-p)
- K) Drüsenalze** (5)  
Mag-p, Kali-chl, Nat-m, Nat-p, Calc-f)

- (S. 40-49) 1.) Kalksalze  
2.) Eisensalze  
3.) Kalisalze  
4.) Magnesiumsalze  
5.) Natriumsalze  
6.) Kieselerde

(S. 75) Mineralstoffe

## Mineralstoffe nach Dr. Schüssler

- 1.) Ergänzungsmittel (S. 125)  
(ohne Antlitzdiagnostisch Merkmale)
- 2.) Diagnose, Antlitz (Formular) (S. 167)
- 3.) Text (Kurt Hickethiers) (S. 153)
- 4.) Dosierung und Einnahme (S. 133)  
(Menge und Tageszeit)

## Handbuch Schüssler

- 5.) Organuhr (S. 159/160)
- 6.) Chronische (S. 134/135)
- 7.) Krankheiten (Gicht, Varizen)

## Biochemie Lexikon

Foto von Dr. Wilhelm Heinrich Schüssler (S. 21)

Grundsätze und Lehrsätze (S. 25)

- 1.) Alle Krankheiten entstehen durch Mangel an bestimmten, lebensnotwendigen Mineralstoffen.
  - 2.) Durch die Zufügung von fehlenden Stoffen tritt Heilung ein.
  - 3.) Die Zuführung der Mineralstoffe darf nur in allergeringsten Mengen erfolgen.
- Biochemie und Homöopathie (S. 19)  
Ernährungshinweise (S. 325)

# Die Biochemie von Dr. Wilhelm Heinrich Schüssler (1821-1898)

## Taschenatlas der Homöopathie (S. 183)

1874 stellte der homöopathische Arzt Wilhelm Heinrich Schüssler (1821-1898) seine ‚Abgekürzte Therapie‘ vor, die auf den physiologisch-chemischen Vorstellungen von Moleschott, von Liebig und von Grauvogl beruhte und daher auch als ‚Biochemie‘ bezeichnet wurde. Da jeder Krankheit ein zellulärer Mangel eines lebenswichtigen anorganischen Salzes zugrunde liege, könne sie nur durch die arzneiliche Verabreichung eben dieses Mineralsalzes behoben werden. Obwohl diese (insgesamt zwölf) von ihm empfohlenen Salze in homöopathischer Potenz (C6) einzunehmen waren, bezeichnete Schüssler sein Heilverfahren selbst als ‚nicht homöopathisch‘.

## Geschichte der Homöopathie

R. Tischner. (Schüssler ↔ Homöopathie)

Die Biochemie von Dr. Schüssler. Im Jahre 1874 veröffentlichte der in Oldenburg lebende homöopathische Arzt Wilhelm Heinrich Schüssler (1821-1898) eine Schrift ‚Spezielle Anleitung zur homöopathischen Anwendung der physiologischen Funktionsmittel‘ (Oldenburg), in der er auf Moleschott, Liebig und Grauvogl aufbauend zwölf Mittel zur Behandlung empfahl, von denen er später den schwefelsauren Kalk strich. Wie schon der Titel der Schrift andeutet, steht er, wie auch in Aufsätzen in der A. H. Z., in diesen Jahren noch auf dem Standpunkt der Homöopathie. Es wurde aber von vornherein von den Homöopathen bestritten, dass seine Lehre mit der Homöopathie zusammenhänge. In den späteren Auflagen der Darstellung seiner Lehre, in dem Büchlein ‚Eine abgekürzte Therapie‘ (Oldenburg-Leipzig, 1874), das in Dutzenden von Auflagen erschien, sagt er ausdrücklich: ‚mein

Heilverfahren ist aber kein homöopathisches, denn es gründet sich nicht auf dem Ähnlichkeitsprinzip.‘

Das einzige, was ihn heute mit der Homöopathie verbindet, ist die Anwendung kleiner Gaben, indem er die Mittel in der sechsten oder zwölften Verreibung gibt. Sein Grundgedanke ist jetzt, dass er mit seinen Mitteln auf die ‚Deckung eines Defizits‘ abzielt. Es sind folgende Stoffe: *Ferrum phosphoricum*, *Magnesium phosphoricum*, *Calcium phosphoricum*, *Kalium phosphoricum*, *Kalium chloratum*, *Natrium muriaticum*, *Natrium phosphoricum*, *Calcium fluoratum*, *Silicea* (Kieselsäureanhydrit), *Natrium sulfuricum*, *Kalium sulfuricum*. Seine Vorstellung ist: ‚Das biochemische Heilverfahren liefert dem Heilbestreben der Natur die demselben an betreffenden Stellen fehlenden natürlichen Mittel: die anorganischen Salze.‘ Und er ist der Überzeugung, dass diese Mittel ‚zur Heilung aller durch innerliche Mittel heilbaren Krankheiten genügen.‘

Die physiologisch-chemischen Voraussetzungen Schüsslers waren damals schon unzureichend, und das gilt heute natürlich in erhöhtem Masse; die Vorgänge im Lebewesen sind wesentlich verwickelter, als man es damals ahnen konnte. Aber auch wenn man sich auf den Standpunkt dieser Defizittheorie stellt, so können noch zahlreiche andere Stoffe mangeln; ich nenne nur Jod.

Entsprechend der Einfachheit und leichten Erlernbarkeit der Lehre hat sie besonders bei den Heilpraktikern und im Volke Anklang gefunden und grosse Verbreitung erlangt, so dass sich vielfach ‚Biochemische Vereine‘ gebildet haben. Allerdings haben die heutigen ‚Biochemiker‘ ihren Heilschatz z. T. stark erweitert und gehen damit weit über die Lehre des Gründers hinaus.

Die Arzneimittelwahl findet auf Grund seiner physiologisch-chemischen Vorstellungen statt. Bei den einzelnen Mitteln wird die Beziehung zu den einzelnen Geweben, Organen und Krankheiten auseinandergesetzt und in der Abteilung, in der die einzelnen Krankheiten erörtert werden, wird vielfach dogmatisch das oder werden die Mittel bei diesen Krankheiten oft mit besonderen Heilanzeigen angegeben. Bei anderen Krankheiten wird kurz die Begründung für Empfehlung des betreffenden Mittels gegeben.

Einige dieser Mittel waren schon in der Homöopathie mehr oder weniger gründlich am Gesunden geprüft, andere sind auf Anregung der Schüsslerschen Arbeiten dann auch von den Homöopathen geprüft worden, so Magnesium phosphoricum, das Schüssler in die Behandlung einführte. Ausserdem verwenden manche Homöopathen mitunter die Schüsslerschen Mittel auf Grund der biochemischen Empfehlungen, wie ich das z. B. von Stauffer hörte. So ist die Biochemie Schüsslers nicht ohne Einfluss auf die Homöopathie geblieben, ohne dass diese jedoch dadurch irgendwie in ihrem Wesentlichen sich geändert hätte.

Schliesslich seien hier noch **von Grauvogl** und **Rademacher** erwähnt, welche die **Arzneimittel-Konstitutionstypen** nach Hahnemann erarbeitet haben. Sie alle gehen von einem „**Zentralbiologischen Geschehen**“ aus, das offenbar noch eng an ein **Genetisches Geschehen** geknüpft ist.

**Rademacher**, ein Schüler von *Hufeland*, betont aufgrund seiner „Erfahrungsheillehre“ (1848, in Berlin) die Konstitutionstherapie, er greift therapeutisch auf die „Universalmittel“ der alten Ärzte zurück (*Salpeter, Eisen, Kupfer*), weil dieser oder jener auf seine Konstitution besser mit einem oder jenem „aus Erfahrung besser“ reagiere. „Unser ärztliches Wissen, ist doch Erfahrungswissen.“

„.....und wenn ihr die Wahrheit nicht dort suchen wollt, wo sie zu finden ist, in der Erfahrung nämlich, dann lässt sie lieber ungeprüft.....“ (Samuel Hahnemann)

**von Grauvogl** stellte ebenfalls stoffwechselbezogene Reaktionstypen mit zugehörigen Arzneimitteln auf.

Die **Hydrogenoide**, Konstitution mit Wasserretention, dysplastisch (Thuja). Die **Oxygenoide** Konstitution, Oxydationssteigerung durch Stickstoff und Kohlenstoffmangel, die **Carbonitrogene** Konstitution, mit Oxydationsminderung infolge Stickstoff und Kohlenstoff Überladung. Aber dennoch gilt Grauvogl als **Vorläufer** der „**homöopathischen Konstitutionstherapie**“, weil er die **Gesamtheit** der Symptome des Kranken mit dem Symptomenbild der Arzneimittelprüfung abdecken wollte oder dies zumindest versuchte.

## Konstitutionstypen

(Choleriker, Melancholiker, Sanguiniker, Phlegmatiker). *Hellmuth Beuchelt* – Konstitutions- und Reaktionstypen in der Medizin mit Berücksichtigung ihrer therapeutischen Auswertbarkeit in Wort und Bild. 8. Auflage. S. 11 ff. Tabelle S. 12/13.

### 1. Die Reaktionstypen des *Galen* (131-201 n. Chr.)

*Galen* verdanken wir eine Zusammenfassung der Medizin der Antike und die Erkenntnis der Naturheilkraft des Körpers, der *Vis naturalis medikatrix*, auf Grund einer ausgezeichneten philosophischen Ausbildung. Er hat nicht nur in Anlehnung an **Aristoteles** Reaktionstypen aufgestellt, sondern sie befinden sich auch heute noch im Sprachgebrauch.

Der **Humorallehre** seiner Zeit entsprechend führte er seine Typen auf „falsche Säftemischung“ zurück. Er unterschied Phlegmatiker, Sanguiniker, Melancholiker und Choliker, es handelte sich also um Temperamentstypen. Beim Phlegmatiker machte sich geltend die Trägheit des Schleims (=Phlegma), beim Sanguiniker die Lebhaftigkeit des strömenden Blutes (=Sanguis), beim Melancholiker die depressive Verstimmung der schwarzen Galle (melanos = schwarz) und beim Choliker die Reizbarkeit der Galle (=Chola) bzw. der Leber.

Weil die Schriften des *Galen* zur medizinischen Lehrgrundlage des Mittelalters wurden (Scholastik), blieben seine Reaktionstypen auch bis zur Neuzeit (Frühzeit der Naturwissenschaft) bestimmend; und dies um so mehr, als sie auf Grund ihres Mystizismus (Geheimnisvolle Naturkraft und Säftemischung) völlig dem Zeitgeist des Mittelalters entsprachen.

**Paracelsus:** Alchemie, Astrologie, Analogie, Signatur.

**Rademacher, Virchow, Pasteur:** Biochemie, Zellulärpathologie, Bakteriologie.

## 2. Die Konstitutionstypen des naturwissenschaftlichen 20. Jahrhunderts

Die Weiterentwicklung des Typenbegriffes durch die Naturwissenschaft erfolgte unter dem Einfluss der Embryologie (Keimblättertheorie) von der morphologischen Typenkomponente her. Der Naturforscher *Karl Huter* brachte erstmalig im 20. Jahrhundert die Konstitutionstypen mit den Keimblättern in Verbindung. „Das werdende Leben zeigt hier die Differenzierung der drei primären Grundanlagen in den drei verschiedenen Keimblattbildungen: 1. für Empfindung, 2. für Ernährung und 3. für Bewegung.

Aus dem äusseren oberen Keimblatt entwickelt sich die Haut und das zentrale Nervensystem. Erhält diese Entwicklung das Übergewicht über die zwei andern Keimblattanlagen, so entsteht die Anlage für das primäre Empfindungsnaturell“. Sinngemäss verknüpft *Huter* die Anlage zum primären Ernährungsnaturell mit dem inneren Keimblatt, die Anlage für das primäre Bewegungsnaturell mit dem mittleren Keimblatt. Die zugehörigen Bilder seiner Konstitutionstypen entsprechen durchaus den etwa 50 Jahre später aufgestellten, ebenfalls keimblattverknüpften *ektomorphen*, *entomorphen* und *mesomorphen* Konstitutionstypen des Amerikaners *Sheldon*, sowie den entsprechenden und fast gleichzeitig erschienenen Konstitutionstypen des Franzosen *Martin*, welche er *Ektoblastiker*, *Entoblastiker* und *Mesoblastiker* nannte.

## 3. Medizinische Konstitutionstypen um 1920

Bei den uns vom Studium her geläufigen medizinischen Konstitutionstypen (ektodermale Astheniker = Leptosomen (leptos = dünn), entodermale Pykniker, mesodermale Athletiker und mesenchymale Dysplastiker) ging man der Keimblattverknüpfung entsprechend primär von der morphologischen Konstitutionstypenkomponente aus. Das hatte den Vorteil, dass die Erbanlage grösste Berücksichtigung fand und den Nachteil, dass die Reaktionstypenkomponente vernachlässigt wurde. Die diagnostische Bedeutung des morphologischen Konstitutionstyps stand völlig im Vordergrund. Eine therapeutische Auswirkung der Reaktionstypenkomponente wurde sogar abgelehnt, weil die Chromosomen als konstant und praktisch für unbeeinflussbar galten. Mutationen (künstliche Chromosomenänderungen waren damals nur durch Anwendung stärkster Energien (Röntgen-, Radium- und Höhenstrahlen) auslösbar.

Eine Konstitutionstherapie durch Arzneien wurde deshalb als unwissenschaftlich abgelehnt!

#### 4. **Ernst Kretschmer (Psychiater)** **und Julius Bauer**

Zwei Bücher waren bahnbrechend für die Medizin, weil sie auf anlagebedingte Reaktionsbereitschaften und –Abläufe hinwiesen, die sich therapeutisch beeinflussen liessen. „Körperbau und Charakter“ von *Ernst Kretschmer* und „Die konstitutionelle Disposition zu inneren Krankheiten“ von *Julius Bauer*, Wien. *Kretschmer* wies als Psychiater darauf hin, dass die Schizophrenen fast ausschliesslich zu den Asthenikern (= Leptosomen), die Manisch-Depressiven zu den Pyknikern gehörten. Zeitgeistgemäss beginnt mit dem Psychiater Kretschmer die Lösung vom Monismus (*Ernst Haeckel* und *Wilhelm Ostwald*) und von der Morphologie. *Sigmund Freud* und seine Nachfolger (*Jung*, *Adler* usw. = Psychiater; war kein Zufall!) verhalfen weiter der seelischen Komponente zu ihrem Recht. Hören wir erst einmal Bauer: „Dem in der Naturbeobachtung geübten Blick des Arztes tritt ein scharf umschriebenes Bild einer Persönlichkeit entgegen, das aus der körperlichen Erscheinung (dem Habitus), aus der funktionellen leiblichen Komplexion („das heisst der Verflechtung der morphologischen und physiologischen Typenkomponente“) und der geistigen Lebensäusserung (Temperament) erwächst. Die Erkenntnis dieses Bildes und seines Verhältnisses zur Entstehung von Krankheiten (Disposition) ist eine der wichtigsten Aufgaben des Arztes.“

Dieses Zitat ist bemerkenswert wegen der diagnostisch wichtigen Betonung der Verknüpfung der Konstitutions- und Reaktionstypenkomponente und wegen der ausgezeichneten Persönlichkeitserfassung im Sinne des ärztlichen Blicks. Er hat auch heute noch im Zeitalter des Computers und der Kybernetik an Bedeutung nichts eingebüsst!

Beim ärztlichen Blick werden wir an die Physiognomik erinnert, das heisst „an die Kunst, die Natur eines Menschen durch aufmerksames Betrachten in gesunden oder kranken Tagen zu erkennen“ (Konstitutionskomponente der Schädelformbetrachtung und Reaktionskomponente der Mimikbeobachtung). In der Folgezeit erweiterten fortschreitende Erkenntnisse der Pathologie und der Endokrinologie den Blick für anlagebedingte Reaktionsbereitschaften, die therapeutisch beeinflussbar waren. Um sie von den Konstitutionstypen, die ja als therapeutisch unbeeinflussbar galten, abzugrenzen, wurden sie als Dispositionen, Diathesen und Allergien (Andersempfindlichkeiten: Über-, Unter- und Unempfindlichkeit (= Immunität) bezeichnet.) Wie wir noch sehen werden, handelt es sich um medizinische Reaktionstypen mit betonter Ausrichtung im Sinne therapeutischer Auswertbarkeit!

Dies gilt auch für pathologische Konstitutions- und Reaktionstypen der Klinik, bei denen noch der erhöhte Reizzustand einer Keimanlage und damit die morphologische Typenkomponente gut zu erkennen ist. Es ist kein Zufall, dass wir der Pädiatrie diese Typen verdanken, weil das Kind dem Keimanlageneinfluss noch stärker unterliegt als der Erwachsene. Dies entspricht auch dem biogenetischen Grundgesetz, dass „beim niederen Organismus der Weg vom Gen zur Funktion kürzer ist“ (*Seidl*, Naturwissenschaftliche Rundschau 22, 1969, S. 141). Auch der Umwelteinfluss ist beim Kinde noch gering, so dass er die genetische Konstitutionstypengrundlage noch nicht verdecken kann. Bereits im Anfang des 20. Jahrhunderts erkannten die Pädiater der *Czerzny-Schule* den asthenischen Neuropathen mit reizbarer Schwäche, den mesenchymatösen pastösen Lymphatiker, den leptosomen Dysplastiker mit Neigung zur exsudativen Diathese. Hierher gehören auch der habitus asthenicus (*Stiller*), die erethische Form der Skrofulose des hageren Kleinkindes und die torpide Form der Skrofulo-

se des pastösen Lymphatikers. Ektodermale und mesenchymale Reizbarkeitsunterschiede bestimmten dabei Krankheitsercheinungsform und -verlauf. Sie fanden bereits therapeutische und diätetische Berücksichtigung! Das gleiche galt auch für manche klinische Diathesen der Erwachsenen, bei denen noch weitgehend Keimblattbeteiligung erkennbar ist:

#### **Ektodermale Diathesen**

Vegetative Dystoniker  
Ekzematiker  
Asthmatiker  
Migräne

#### **Mesenchymale Diathesen**

Endokrine Typen  
Lymphatiker

#### **Mesodermale Diathesen**

Rheumatiker  
Steinkranke

#### **Entodermale Diathesen**

Hepatopathiker  
Diabetiker

### **5. Die autonomen Reaktionstypen von Lampert und die klimatologischen von Manfred Curry**

Bei diesen klinischen Diathesen, bei denen die morphologische Typenkomponente gegenüber der pathologischen Dauerreaktionsbereitschaft zurücktritt, kann die genetische Typengrundlage durch Umwelt-Einflüsse (*Klima, Vegetativum*) und durch das Alter weitgehend verändert und verdeckt werden; dies ist verständlicherweise besonders bei chronisch Erkrankten (*Allergiker, Asthmatiker, Gichtiker, Rheumatiker, Steinkranke, Galle-Leberkranke und Diabetiker*) der Fall. Diese Reaktionstypen mit ihrer weitgehenden therapeutischen Auswertbarkeit stellen den Übergang zu den autonomen Reaktionstypen

von *Lampert* und den klimatologischen Typen von *Curry* dar (s. Tabelle 8). Sie lassen als Typengrundlage die therapeutische Auswertbarkeit erkennen. Ihre wissenschaftliche Grundlage ist aus einem Referat zu entnehmen, das Ende 1969 aus dem Institut für Klimaphysiologie der Universität Freiburg stammt. Nach diesem handelt es sich dabei um autonome Reaktionstypen, die empfindlich sind für „atmosphärische Impulsstrahlen“ (*Spherics* genannt), deren Frequenz und Grösse „frappierende Ähnlichkeit mit Signalen unseres Nervensystems“ haben und für welche vermutlich die Synapsen (Schaltstellen) des Nervensystems als Antennen wirken. Die vermutliche Wetterstrahlung *Manfred von Currys* wird somit 50 Jahre später als kilometerlange Wellenstrahlung registriert, die aus den Blitzen und Dunkelentladungen der weltweiten Gewitteraktivität stammt.

Die Reaktionstypen von *Lampert* erhalten ebenfalls ihre wissenschaftliche Bestätigung durch folgende Feststellung: „Ausserdem besitzen die Impulse bei gegensätzlichen Wittertypen von Warm- und Kaltfronten, bzw. Tropik- und Polarluft, ebenfalls gegenläufige Charakteristika, die offenkundig jeweils von den entsprechenden Nervenästen des Vegetativums, dem aktivierenden *Sympathicus* und dem passivierenden *Vagus*, gesondert empfangen werden.“ Die Polarität der Reaktionstypen *Lamperts* ist, wie wir bei der Besprechung der modernen Konstitutionstypen *Willhart Schlegels* noch sehen werden, keine Einzelercheinung, sondern eine Elementarerscheinung der Klimarhythmik.

Dass die Reaktionstypen von *Curry* und von *Lampert* die morphologische Konstitutionskomponente mit zunehmendem Alter immer stärker zurücktritt, entspricht der längeren Einwirkung des Umwelteinflusses, durch den die genetische morphologische Typenkomponente des jugendlichen Organismus mehr und mehr überlagert wird.

## 6. Saller: „Auseinandersetzungen zwischen Erbanlagen und Umwelt“

Was den Umwelteinfluss betrifft, so verdanken wir ausgezeichnete umfassende Untersuchungen bereits um die Mitte unseres Jahrhunderts *Karl Saller* (München und Stuttgart). Als ärztlicher Direktor des *Robert-Bosch-Krankenhauses* definiert er 1946 die Konstitution folgendermassen: **„Die Konstitution baut sich auf Erbanlagen auf und wächst aus ihnen. Die Umwelt prägt sie. Erbanlagen werden für die meisten Merkmale nicht als starre Zwangsabläufe übertragen, sondern als plastische Auslaufmöglichkeiten.“** Den Ärzten versucht er das „konstitutionelle Denken der Homöopathie“ zu vermitteln: **„Die Konstitution muss in der ärztlichen Praxis für die Diagnose und für die Therapie berücksichtigt werden; auch Krankheiten, Heilmittel und Heilmethoden haben Beziehungen zur Konstitution, zu Anlagen und zur Umwelt.“**

Als ärztlicher Direktor des anthropologischen Instituts der Universität München tritt in seiner „Allgemeinen Konstitutionslehre“, Hippokrates-Verlag Stuttgart 1950, das therapeutische Interesse zurück: **„Der Genetiker wird in der Konstitution vor allem die Auseinandersetzung zwischen Erbanlagen und Umwelt, das Ausleben verschiedener Erbanlagen in verschiedenen Umwelten in die verschiedenen Konstitutionen sehen.“** In bezug auf die therapeutische Auswertung sagt *Saller*: **„Die Konstitutionsforschung sucht vom Genotyp der Erblichkeitslehre ausgehend das zum Phänotypus führende Wechselspiel zwischen Genotypus und Lebenslage und die erbbedingte Grundlage der Phänotypen in den Genen zu erforschen, um aus den Forschungsergebnissen dann Schlüsse für das praktisch-ärztliche Handeln am Menschen zu ziehen.“** Seine analytische Gründlichkeit hat leider eine so zahlreiche Typenmannigfaltigkeit zur Folge, dass für

den Praktiker die Typenerkennung derartig erschwert wird, dass er leichter zur Resignation als zu konstitutionstherapeutischem Handeln kommt. Glücklicherweise erschien kurz darauf „Körper und Seele“ von *Willhart S. Schlegel*, Hamburg, Fr. Enke Verlag, Stuttgart 1957.

## 7. W. S. Schlegel: biometrische Lösung des Typenmannigfaltigkeitsproblems – Konstitutionstherapie für die Praxis

Als Sohn eines Mathematikers löst er das Typenmannigfaltigkeitsproblem elegant mit der Streuungskurve von *Gauss*. *Willhard Schlegel* geht dabei von einer Polarität der Astheniker und Athletiker aus. Die Kurve dieser Variationsreihe lässt ein Maximum der Zwischentypen erkennen, während sich an den Kurvenenden die Idealtypen befinden.

Ausser den bekannten morphologischen und Habitus-Merkmalen legt *Schlegel* noch zur objektiven Definierung der Normaltypen (Idealtypen) folgende Erfahrungswerte fest:

Handumfang 19 cm für Astheniker und 22 cm für Athletiker (Muskelunterschied)

Beckenausgangsmass: Entfernung beider *tubera ischii*: 7,5 cm für Astheniker und 9 cm für Athletiker.

Als überaus zweckmässig zur Typenerfassung erweist sich in der Praxis eine weitere Variationsreihe. Am einen Kurvenpol befindet sich der andromorphe Typ, eine männliche Habitusprägung, am anderen Pol der gynäkomorphe Typ mit weiblicher Typenprägung. Der andromorphe Typ zeigt Magerkeit und engen Beckenausgang, der gynäkomorphe Typ erhält sein weibliches Aussehen durch stärkeres Fettpolster und weiten Beckenausgang.

*Schlegel* legt dabei besonderen Wert auf die praktische Feststellung, dass die männliche und weibliche Prägung nicht mit der Geschlechtsdifferenzierung entsprechend den Sexualorganen übereinstimmen muss! Er führt diese Erfahrung darauf zurück, dass die genetische Verankerung dieser Typenprägung nicht in den Geschlechtschromosomen, sondern in Autosomen anzunehmen ist. Darin liegt auch die Bedeutung und die Problematik der Zwischenstufen dieser Variationsreihe. Niemand wird bezweifeln, dass das Sexualverhalten konstitutionstypisch festgelegt ist. Der Sexualtrieb, der primär auf die Erhaltung und Anerkennung der Persönlichkeit beim Menschen und nicht auf die Fortpflanzung gerichtet ist, ist nach *Schlegel* in erster Linie an die Stellung in der andromorph-gynäkomorphen Variationsreihe gebunden.

Dies gilt auch für die Ehe, insofern die beiden Extreme (der ganze Mann zur ganzen Frau) sich zueinander hingezogen fühlen. Eine die Persönlichkeit entfaltende und erhaltende Sexualität gibt der Ehe ihren Wert. Zwischenstufen ergeben oft Eheschwierigkeiten. Die extremen Zwischenstufen sexueller Art dieser Reihe (Homosexualität und Perversitäten) werden als biologische Fortpflanzungsbremsen betrachtet gegenüber antiquierter moralischer Verurteilung. *Schlegels* folgerichtige Darstellung der Reaktionstypenkomponente ist ebenfalls so aufschlussreich, dass wenigstens eine knappe Wiedergabe in Tabellenform erfolgen soll. (Tabelle 6, S. 20)

### **„Die Konstitutionstherapie muss der Konstitution Rechnung tragen.“**

Demzufolge ist die Behandlung von *Rheuma*, *Stenokardie* und *vegetativer Dys-tonie* bei Asthenikern anders als bei Athletikern. Das gleiche gilt für andromorphe Typen mit *Gastritis*, *Psychopathie* und *seelischen Konflikten* gegenüber mehr gynäkomorphen Patienten, und zwar nicht nur therapeutisch, sondern auch vorbeu-

gend, zum Beispiel in Bezug auf Training und Minderung von Konfliktsituationen. So ist beim Astheniker mit der vorwiegend sympathikotonischen Ausrichtung seiner vegetativen Labilität Umstimmung im Sinne des Vagustonus erforderlich: vorsichtige Dosierung, kein Übertraining, genügend Ruhepausen, Berücksichtigung der Muskelschwäche; Meiden unnötiger Mitbewegungen, Training vormittags besser als abends. Kein Kampf- oder Leistungssport. Athletiker brauchen wegen ihrer Rheumagefährdung Abhärtung, Freiluft, Klimareize, dazu Herz- und Gefäßkontrolle. Andromorphe bedürfen der Lockerung und Entspannung; Gynäkomorphe der Stabilisierung. *Schlegel* weist auch auf entsprechende konstitutionelle Berufsberatung hin. Wie man sieht, ist eine therapeutische Auswertung seiner Konstitutionstypen bew. ihrer Reaktionskomponente für die Praxis aufschlussreich und anregend.

### **8. Die Arzneimitteltypen *Rademachers*, *von Grauvogls* und *Hahnemanns*.**

Es handelt sich bei diesen um sogenannte Arzneimittel-Konstitutionstypen. Sie wurden aufgestellt von *Rademacher*, *von Grauvogl* und *Hahnemann*. Während die bisher geschilderten Konstitutions- und Reaktionstypen in der Medizin primär vom morphologischen Krankheitsbegriff ausgehen, nehmen die Arzneimittel-Konstitutionstypen primär ihren Ausgang von der Reaktion des Kranken. Das Arzneimittel wird also der Reaktionstypenkomponente entsprechend gewählt!

Diese Methode war zu ihrer Entstehungszeit so neu, dass sie als unwissenschaftlich abgelehnt wurde. Historisch ist dies durchaus verständlich und keineswegs eine Einzelercheinung; man braucht nur an *Galilei*, *Freud* oder *Einstein* denken! Je bahnbrechender eine neue Entdeckung oder Erfindung ist, um so stärker ist auch die anfängliche Gegnerschaft entsprechend dem geistigen Beharrungsgesetz.

**Reicht ihre Kraft zur Vernichtung nicht aus, so greift sie gern zur Methode des Totschweigens. Diese wirkt zwar verzögernd aber nicht vernichtend (und kann 300 Jahre dauern – man denke an Galilei!). Wenn man sich bewusst wird der eingangs erwähnten Elementarverknüpfung von Masse und Bewegung, von Struktur und Reizbarkeit und schliesslich von Körper und Seele, dann wundert man sich eigentlich, dass es relativ lange gedauert hat, bis man bei der Beurteilung und Behandlung der Kranken nicht eher von ihrer Reaktion ausgegangen ist! Nur Unkenntnis und Vorurteil können sich auch heute noch diffamierend auswirken, statt der elementar begründeten Koexistenz im Sinne der Ergänzung zum Wohle der Kranken.**

Die Arzneitypen *Rademachers*, von *Grauvogls* und *Hahnemanns* gehen von verschiedenen Bezugsbasen aus, die zentralbiologisches Geschehen darstellen, das offenbar noch eng an genetisches Geschehen geknüpft ist.

### **Rademacher**

ein Schüler von *Hufeland*, veröffentlichte unter dem Einfluss der beginnenden modernen Chemie seine „Erfahrungsheillehre“ (Berlin 1848. *G. Reimer-Verlag*). Er setzte ärztliche Erfahrung gegen „scholastisches Papierwissen“. Beeinflusst von *Paracelsus* (1493-1541), den er aber kritisch beurteilt, bekämpft er *Galen* als Initiator der Scholastik des Mittelalters. Eine 25-jährige Arzterfahrung lässt *Rademacher* den Wirkungsunterschied von Konstitutionsmitteln und Organmitteln weitgehend ahnen: „Das in dem belebten Menschenleibe durch die Universalmittel Heilbare, nenne ich den Gesamtorganismus im Gegensatz zu den einzelnen Organen, die erkrankt, unter der Heilgewalt ihrer Eigenmittel stehen (Bd. II, S. 1)“. Weiter schreibt er Seite 3:

„Dass es Urleiden des Gesamtorganismus gibt und diese sich von den Urleiden der einzelnen Organe unterscheiden, daran haben auch die schulrechten Ärzte wohl nie gezweifelt. Eine Uraffektion des Gesamtorganismus greift aber den ganzen Leib nie so gleichmässig an, dass sie nicht in dem einen oder dem anderen Organ mehr oder minder vorwalten soll.“ Wie aber alle solche und denkbare Krankheitsformen gestaltet sein mögen, so können sie doch sämtlich Offenbarung einer und der nämlichen Affektion des Gesamtorganismus sein und können mithin durch ein und das nämliche Mittel beseitigt werden.“ Das ist im heutigen Sprachgebrauch Konstitutionstherapie.

*Rademacher* greift therapeutisch auf die „Universalmittel“ der alten Ärzte zurück: Salpeter, Eisen und Kupfer. Seine Beobachtungen Fieber- und Rheumakranke lassen ihn erkennen, dass manche auf Salpeter, andere auf Eisen, dritte auf Kupfermittel günstig reagieren. Er unterscheidet deshalb Salpeter-, Eisen- und Kupferaffektionen des Gesamtorganismus; wir würden heute von Salpeter-, Eisen- und Kupferkonstitutionstypen, bzw. –Reaktionstypen sprechen. Da *Rademacher* keine direkte Möglichkeit einer Typenerkennung zur Verfügung stand, verfuhr er in der Praxis so, dass er je 3 Salpeter, Eisen- und Kupfermittel verabreichte, um so *per exclusionem* zum Ziele zu kommen. Mit Recht nannte er deshalb sein Buch „Erfahrungsheillehre“. „Unser ärztliches Wissen ist doch Erfahrungswissen“. (S. 127)

Bemerkenswert für die damalige Zeit drastischer Mittelanwendung ist auch seine vorsichtige Dosierung, die uns heute besonders für die Schwermetallanwendung, als katalysatorisch bedingt, selbstverständlich erscheint. Die erfolgreiche Natrium- und Kalium-Salz-Anwendung beurteilen wir heute als therapeutische Einwirkung auf den Mineral-Wasser-Haushalt des Kranken.

## **von Grauvogl**

Er stellte ebenfalls stoffwechselbezogene Reaktionstypen mit zugehörigen Arzneimitteln auf. Seine hydrogenoide Konstitution mit Wasserreichtum der Gewebe gehört zu diesem dysplastischen Konstitutionstyp, der als *Thuja-Arzneimittel-Reaktionstyp* in der Homöopathie bekannt ist. Seine beiden anderen Konstitutionstypen, die *oxygenoide* Konstitution (mit Oxydationssteigerung durch N- und C-Mangel), sowie die *carbo-nitrogene* Konstitution (mit Oxydationsminderung infolge von C- und N-Überladung der Gewebe) weisen breitere Bezugsbasen seiner Typen als die *Rademacher*-Typen auf. Ausserdem ist *von Grauvogl* als Vorläufer der homöopathischen Konstitutionstherapie zu betrachten, weil er seine Therapie auf den Ähnlichkeitssatz stützt: „similia similibus curentur“, das heisst: „Ähnliches werde mit Ähnlichem kuriert.“ Verglichen wird dabei die Gesamtheit der subjektiven und objektiven Symptome des Kranken mit dem Arzneimittelsymptomenbild, worauf wir noch zu sprechen kommen werden.

## **Hahnemann**

Auf die Homöopathie Samuel Hahnemanns, der ebenfalls ein sehr interessierter Chemiker war, kommen wir später noch zu sprechen. Hier sei nur der Hinweis erlaubt, dass die Konstitutions- und Reaktionstypen der Homöopathie (ebenfalls Arzneimitteltypen) die breiteste Bezugsbasis aufweisen im Hinblick auf ein zentralbiologisches Geschehen, das noch in engem Zusammenhang mit genetischem Geschehen steht, mit dem wir uns nunmehr vertraut machen wollen.

## **Arzneimitteltypen nach Rademacher und von Grauvogl**

### **Ektoderm Astheniker**

Cerebraler Typ  
Elektronengeschehen

### **Mesenchym Dysplastiker**

Vegetativer Typ, Ionengeschehen

Hydrogenoide Konstitution, H- und H<sub>2</sub>O-Reichtum der Gewebe, Kolloidquellung, Frostigkeit.

Periodizität der Beschwerden. Nasskaltes Wetter verschlechtert. Ozonreiche Luft bessert. Hygroskopische Salze. Na-, K-Salze als Heilmittel. Keine Wasserkuren.

Nitrum-Typ von *Rademacher*, weil NaNO<sub>3</sub>, KNO<sub>3</sub> sind Heilmittel.

### **Mesoderm Athletiker**

Muskulärrespiratorischer Typ,  
Exothermes Geschehen

Oxygenoide Konstitution, Oxydationssteigerung infolge N- und C-Mangels. Erythrocytenschädigungen.

Chlorose. Thyreotoxikose. Warmes Wetter angenehm. Unbehagen vor Gewitter und bei Sturm. Keine Wasserkuren. Ferrum, Kali-i., C-, N-Stoffe als Heilmittel.

Ferrum-Typ von *Rademacher*.

### **Entoderm Pykniker**

Digestiver Typ  
Endothermes, katalytisches Geschehen.

Carbonitrogene Konstitution. Oxydationsmangel Infolge C- und N-Überladung. Frostigkeit. Verschlackung.

Dysbakterie, abnorme Darmgasbildung. Präcancerose. Venosität. Stoffwechselkomponente des Arthritismus. Ozon und frische Luft bessern. Wasser wird gut vertragen. Sulphur, Cuprum und Argentum-nitricum als Oxydationsanreger und Sauerstoffüberträger als Heilmittel.

Cuprum-Typ von *Rademacher*

## Arzneimitteltypen der Homöopathie

Die *homöopathischen* Arzneimitteltypen sind auf Grund des Ähnlichkeitsatzes gefunden und deshalb nicht immer Keimblatt-, dafür aber mehr terrestrisch orientiert. Es erhebt sich deshalb die Frage, ob und gegebenenfalls wie weit sie mit den medizinischen Konstitutionstypen in Beziehung gebracht werden können. Der blosse Augenschein lehrt bereits, dass dies zumindest teilweise der Fall ist.

Man denke an den asthenischen *Phosphor*-Typ, an den pastösen Calcium-Typ und an den *Aurum*-Typ des pyknischen Apoplektikers. *Calcium phosphoricum* als Konstitutionsmittel der erethischen Form der Skrofulose zeigen ferner Übereinstimmung klinischer und homöopathischer Konstitutionstypen.

Im Gegensatz zu morphologischen Konstitutionstypen handelt es sich bei den homöopathischen Arzneimitteltypen um Reaktionstypen auf die zugehörigen homöopathischen Konstitutionsmittel. Typ und Mittel gehören in der Homöopathie reaktionsmässig zusammen.

So ist zum Beispiel das Zustandekommen des homöopathischen *Phosphor*-Typs auf eine zentrale Störung des Phosphorstoffwechsels zurückzuführen. Durch das homöopathische Konstitutionsmittel Phosphorus (das heisst Phosphor potenziert und verdünnt: D6, D12, D30) ist der *Phosphor*-Typ regulatorisch tiefgehend zu beeinflussen.

Die Feststellung, dass es sich bei den homöopathischen Konstitutionstypen um biologische Typen auf Grund abwegigen Stoffwechsels- und Reaktionsgeschehens handelt, lässt es angezeigt erscheinen, die anthropologischen Keimblatttypen auf ihre Keimblatt-Energetik hin zu betrachten. Das Ergebnis ist überraschend:

Beim **Ektoderm** (Nervensystem) handelt es sich energetisch um ein Elektronengeschehen.

Beim **Mesenchym** (Bindegewebe) handelt es sich energetisch um ein Ionengeschehen.

Beim **Mesoderm** (Gasstoffwechsel) handelt es sich energetisch um ein exothermes Geschehen.

Beim **Endoderm** (Ernährungsstoffwechsel) handelt es sich energetisch um ein endothermales, katalytisches Geschehen.

Die ektodermale Elektronengeschehen im Nervensystem lässt zum Beispiel den *Phosphor* als Lichtträger, beim Astheniker zum Konstitutionsmittel werden und diesen reaktionsmässig als homöopathischen *Phosphor*-Typ in Erscheinung treten. In diesem Falle ist das Similiegeschehen gleichsam energetisch mit dem Ektoderm verknüpfbar.

Für mesenchymale Ionengeschehen ist die Hofmeistersche Ionenreihe für den Quellungszustand des Bindegewebes massgebend. Die Bindegewebsplastik ist eine Folge des Wasserbindungsvermögen; ihre Störungen ergeben den Dysplastiker (von dem immunologischen Geschehen sei hier abgesehen).

Von homöopathischen Dysplastikertypen seien die *Natrium-muriaticum*-, die *Kalium-muriaticum*-, *Natrium-sulphuricum*-Typen angeführt. Es handelt sich um Wasserhaushalts-labile Typen, die infolge ihres Gewebswasserreichtums kein Wasser vertragen, bei Regenwetter Verschlimmerung erleiden und auf die Natrium- und Kaliumsalze als hygroskopische Salze therapeutisch günstig ansprechen. Sie sind uns als hydrogenoide Konstitutionstypen *von Grauvogls* geläufig (NaNO<sub>3</sub>, KNO<sub>3</sub>).

*Rademacher* nennt sie *Nitrum*-Typen, weil Natrium- und Kalium-Salpeter (NaNO<sub>3</sub>, KNO<sub>3</sub>) ihre reaktiven Konstitutionsmittel sind.

Das mesenchymale Ionengeschehen bestimmt ferner im Sinne des György'schen Quotienten die vegetative Tonuslage. (Sympathikotonus fördernd = K+H-PO<sub>4</sub>, HCO<sub>3</sub>, OH; Vagotonus fördernd = Ca<sup>++</sup>, Mg<sup>++</sup> und H<sup>+</sup>. Ihre Labilität liegt auch dem Wechsel des Dysplastikers in seinen Handlungen und Affekten, Schauspielertyp, zugrunde.

Bei dem mesodermalen Keimblattgeschehen handelt es sich um exothermes Geschehen (Gasstoffwechsel), bei dem unter Mitwirkung des Sauerstoffs Wärme als Energie frei wird. Der *type respiratoire-musculaire* stellt gewissermassen einen Normaltyp dar, der seine Leistungsfähigkeit seiner reichlichen Sauerstoffzufuhr verdankt.

Entsprechend zeigen die oxygenoiden Konstitutionstypen von *Grauvogls* Steigerung des Sauerstoffwechsels, welche durch Kohlenstoff C, Stickstoff N und Ferrum Fe infolge deren Valenzwechsel gegenüber Sauerstoff zentral, das heisst konstitutionell, ausgeglichen werden können. *Rademacher* spricht von *Ferrum*-Typen. Sie zeigen Verschlimmerung bei Regenwetter mit hohem Ozongehalt der Luft und sprechen auf Ferrum usw. therapeutisch gut an.

Die entodermale Keimblattenergetik ist als Nahrungsstoffwechselgeschehen endotherm-katalytischer Natur, bei dem dosiert endotherme Wärmeenergie im Sinne eines labilen Reaktionsgeschehens fermentativ-katalytisch beim Nahrungsmittelabbau neben den chemischen Grundstoffen frei wird. Verschiebungen des Redoxgeschehens nach der Kohlenstoff-, Stickstoffseite führen zur Verschlackung und lassen sich durch das Oxydationsgescheh-

en fördernde Katalysatoren wie Cuprum, Argentum, Aurum (Schwermetalle), sowie Sulphur (bekanntes Reaktionsmittel) ausgleichend beeinflussen. Solche homöopathischen Reaktionstypen sind eben die verschlackten *Cuprum*-, *Argentum*-, *Aurum*- und *Sulphur*-Typen. *Von Grauvogl* spricht von carbo-nitrogener Konstitution, *Rademacher* von *Cuprum*-Typen.

### **Homöopathische Konstitutions- und Reaktionstypen (Arzneimitteltypen)**

*Hahnemann* kannte noch keine homöopathischen Konstitutions-Typen. *Tischner* sagt dazu: „Auch konstitutionelle Gesichtspunkte gewannen an Raum, indem Mittel mit einem breiten Wirkungskreis zu ‚Arzneigestalten‘ ausgebaut wurden, wozu schon *Hahnemann* mit seinen ‚vielnützig-en‘ Mitteln (*Polychreste*) den Grund legte. Unter Verwendung von klinischen Erfahrungen entstanden so Konstitutionsmittel, die Ähnlichkeit mit Konstitutionen der Schulmedizin haben, wenn sie auch nicht wesensgleich sind.“ (*Tischner: Hahnemanns Lehre im Wandel der Zeiten [Allg. homöop. Zeitung. 1955, 4; 107]*).

Ähnlich äussert sich *Aebly*: „Wie sich neben den Krankheitsbegriffen die verschiedenen Konstitutions- und Diathese-Begriffe ergeben, so haben sich in der Homöopathie aus den Mittelbildern und der ärztlichen Erfahrung die verschiedenen Mittel-Typen als konstitutionelle Typen im Sinne der Homöopathie entwickelt und ihre praktische Brauchbarkeit erwiesen.“

Wie bereits festgestellt wurde, handelt es sich in der Homöopathie um Arzneimittel-Typen auf Grund eines mehr oder weniger genbedingten zentralbiologischen Geschehens. Die Nomenklatur lässt die enge Beziehung von Typ und Mittel leicht erkennen: zum *Phosphor*-Typ gehört eben das homöopathische Arzneimittel

Phosphorus, das regulierend entsprechend den Regeln der vegetativen Dynamik *Selbachs* ins gestörte Geschehen einzugreifen vermag.

Nach der Verschiedenheit der biologischen Zentralstörungen lassen sich folgende homöopathische Arzneimittel-Konstitutions-Typen feststellen:

Bei manchen homöopathischen Reaktions-Typen handelt es sich um Haushaltsstörungen der Grundelemente, welche am Körperbau aller Organismen beteiligt sind, wie C, H, O, N, K, Na, Ca, Mg, S, P, Si und deren Salze. Die Grundelemente sind ihrer Natur nach anlagebestimmend. Mit Recht dürften deshalb diese Typen auch als homöopathische Konstitutions-Typen bezeichnet werden.

Anderen homöopathischen Reaktions-Typen liegen katalytische Störungen zugrunde, welche durch Metalle und Schwermetalle beeinflussbar sind. Sie reagieren also günstig auf diese; der Begriff homöopathische Reaktions-Typen ist hier allein zutreffend. Es handelt sich um J, Fe, Al, As, Hg, Ba, Ag, Au und Pt. Von ihnen sind die Schwermetalle überhaupt nicht am Körperbau beteiligt; sie sind im Gegenteil als giftig, d. h. organismenfeindlich, bekannt. Wie sie trotzdem konstitutionell wirken können, wurde bereits beschrieben.

Ordnet man die in diesem Buche zusammengestellten homöopathischen Reaktions-Typen nach ihren typenbildenden Zentralstörungen, so erhält man folgende Gliederung:

Körperaufbaustoff-Störungen bei den homöopathischen *Phosphorus*-, *Sulphur*-, *Carbo-vegetabilis*-, *Carbo-animalis*- und *Silicea*-Reaktions-Typen.

Ausserdem gehören hierher die homöopathischen *Hepar-sulfuris*-Reaktions-Typen mit ihrer *Calcium*-Schwäche und

*Sulphur*-Reizbarkeit und die homöopathischen *Calcium-phosphoricum*-Reaktions-Typen mit der Schwäche des Calciums und dem psychoneurotischen und vasomotorischen Erethismus des Phosphors (beides Salze von Grundelementen).

**Mineral- und Wasserhaushaltsstörungen bei den homöopathischen Kalium-carbonicum-, Natrium-muriaticum- und Calcium-carbonicum-Reaktions-Typen (Salze der Grundelemente beteiligt), sowie beim homöopathischen Thuja-Reaktions-Typ.**

Katalytische Störungen bei den homöopathischen *Alumina*-, *Ferrum*-, *Mercurius*-, *Argentum*-, *Aurum*-, *Platinum*- und *Barium*-Reaktions-Typen.

Zentralnervöse Störungen bei den homöopathischen *Ignatia*-, *Platinum*-, *Argentum*- und *Argentum-nitricum*-Reaktions-Typen, sowie den *Antimonium-crudum*-Reaktions-Typen und schliesslich den homöopathischen *Magnesium*-, *Nux-vomica*-, *Lycopodium*- und *Sepia*-Reaktions-Typen (mit Leberbeteiligung).

Endokrine Störungen bei den homöopathischen *Jodum*-, *Arsenicum-album*-, *Graphites*- und *Pulsatilla*-Reaktions-Typen.

Die Ähnlichkeitsbeziehung zwischen dem homöopathischen Reaktions-Typ und seinem zugehörigen homöopathischen Reaktions-Typen-Mittel ist an das beiden gemeinsame zentralbiologische Reaktionsgeschehen geknüpft; beim Patienten hat es typenbildend gewirkt, beim Mittel garantiert es den wirksamsten Angriffspunkt seiner umstimmenden Reizwirkung. Daraus erklärt sich auch die Erfahrung, dass sich die therapeutische Wirkung homöopathischer Reaktionsmittel bis in die Tiefe der Persönlichkeit zu erstrecken vermag. Homöopathische Mittelwirkung, vegetative Dynamik und Persönlichkeitsumstimmung gehören offenbar zusammen!

Das Vegetativum ist aber Mittler zwischen Innenwelt (Reiz- und Reaktionskettengeschehen) des Menschen und seiner Umwelt. Die enge Korrelation der homöopathischen Reaktions-Typen mit der vegetativen Dynamik ist die Ursache ihrer ausgesprochen individuellen Reaktionsweise auf die Reize der Umwelt, wie sie z. B. als persönliche Reaktionsweise in Form individueller Abwandlungen des Schmerzcharakters auf klimatische Reize hin in Erscheinung tritt. Solche Auslösungen, Verschlimmerungen oder persönliche Abwandlungen der Beschwerden entsprechend der Jahreszeit, Wetterlage, dem Sonnenstand (Tag oder Nacht), den barometrischen Hochs oder Tiefs usw., werden als typencharakteristische Reaktionsweisen diagnostisch und homöotherapeutisch ausgewertet und Modalitäten genannt.

### **Die homöopathische Anwendung erfolgt:**

1. auf Grund persönlichkeitsbestimmter Charakter- und Gemütssymptome;
2. bei persönlicher Abwandlung der Beschwerden (Modalitäten);
3. bei persönlicher Abweichung des Reaktions-Grades vom Normalen;
4. bei bestimmten Diathesen mit persönlicher Anfälligkeit und Krankheitsbereitschaft;
5. bei Chronischwerden von Krankheiten infolge persönlicher Abwehrschwäche.

Es bedarf keiner Begründung mehr, dass die homöopathischen Reaktions-Typen anderer Natur sind als die Konstitutions-Typen der Medizin. Ein Blick auf die „energetische Betrachtungsweise“ in der Tabelle der normalen Konstitutions-Typen der Medizin lässt im elektronen-, ionen-, exothermen und endothermen Geschehen eine Verknüpfung mit den Keimanlagen erkennen, wobei eine Keimanlage bevorzugt ist.

Bei den homöopathischen Reaktions-Typen ist diese Keimanlagenenergetik natürlich wirksam und typenbestimmend.

Es sind aber alle Keimanlagen mehr oder weniger bei den homöopathischen Reaktions-Typen beteiligt. Beim homöopathischen *Phosphorus*-Reaktions-Typ wirkt sich die Ektoderm-Energetik, also eine Keimanlage gegenüber allen anderen Keimanlagen so stark aus, dass der homöopathische *Phosphorus*-Reaktions-Typ im Habitus weitgehend mit dem *Habitus asthenicus (Stiller)* der Klinik übereinstimmt.

Zusammenfassend kann also weitgehende Bestätigung dieser alten homöotherapeutischen Erfahrungen durch die skizzierten molekularbiologischen Mechanismen einwandfrei festgestellt werden!

### **Biochemie als „Lebensstoffwechsel“**

(griech.: *bios* = das Leben – arab. *Chemie* = Zusammensetzung und Umwandlung der Stoffe). Dieser Begriff hat heute zwei Bedeutungen:

1. Biochemie, gegen Ende des 19. Jahrhunderts aus den Grenzgebieten von *Biologie* und *Allchymie* entstanden, ist heute weitgehend selbständiger Wissenschaftszweig. Die *Biochemie* ist die Lehre von der Gesundheit chemischer Vorgänge in der belebten Natur. Die Biochemie ist die Lehre von der Gesamtheit chemischer Vorgänge in der belebten Natur. Die *Biochemie* erforscht die funktionellen Zusammenhänge des Zellgeschehens, die vor allem im Stoffwechsel und in der chemischen Regulation der Lebensvorgänge zum Ausdruck kommen.

2. Biochemie, Heilmethode des Arztes Dr. med. *Wilhelm Heinrich Schüssler* aus Oldenburg (1821-1898).

## Biochemie

### Kleines Phytomed (S. 1 & 11)

Das „Biochemische Heilverfahren“ beruht auf der Theorie der Zelle“ von *Virchow*: Der Körper sei eine Sammlung von Zellen und die medizinische Behandlung sollte sich auf die einzelne Zelle richten. Die Theorie – „die Krankheit des Körpers ist gleich die Krankheit der Zelle“ – wurde u. a. vom Arzt *Dr. Wilhelm Heinrich Schüssler* (1821-1898) aus Oldenburg erforscht; mit der Erfassung der ausserordentlich grossen Wichtigkeit einer Reihe von anorganischen Salzen für den gesunden Körper entstand die „Biochemische Heilweise nach Dr. Schüssler“.

Im menschlichen Organismus sind diese anorganischen Nährsalze im Blut sowie in den Zellen aller Gewebe und Organe vorhanden; obwohl sie in Mengen und Konzentrationen unterschiedlich sind, sie bleiben in bestimmten Verhältnissen zueinander und sind für den gesunden Körper ebenso unentbehrlich wie für den normalen Ablauf aller Funktionen. Störungen dieser harmonischen Ausgewogenheit führen zu Krankheitserscheinungen. Das Ziel der „Biochemischen Heilweise nach Dr. Schüssler“ ist die Wiederherstellung der normalen Funktionen (daher der Ausdruck „Funktionsmittel“) der Zellen.

Dr. Schüssler stellte im Blut und als Bestandteile der Zellen 12 biochemische Nährsalze fest, die bestimmte Funktionen im Körper ausüben.

### Was heisst Biochemie?

Die *Biochemie* ist ein wichtiges Forschungsgebiet der Biologie. Sie umfasst die chemischen Abläufe und Zustände in den Lebewesen. Die medizinische Wissenschaft als angewandte Biologie ver-

dankt ihr die grössten Fortschritte in allen Heilwesen. Die grundlegenden Entdeckungen wissenschaftlicher Biochemie waren an die Verfeinerung technischer Apparaturen gebunden. Sie sind daher erst im vergangenen Jahrhundert möglich geworden. So erhielt der Berliner Professor für Chemie, *Emil Fischer*, 1902 den Nobelpreis für die Entschlüsselung der Chemie der Eiweissstoffe. 1928 wurde durch Professor *Szent Györgyi* die chemische Formel des ersten Vitamins (*Vitamin C, Ascorbinsäure*) gefunden. Erst in den Siebzigerjahren gelang es, den Stoffwechsel der Zelle chemisch zu erklären.

Der Begründer der „biochemischen Heilweise“, *Dr. med. Wilhelm Heinrich Schüssler*, war während seines Lebens an den ersten grundlegenden Entdeckungen der chemischen Forschung ausserordentlich interessiert. Als Zeitgenossen des grossen Berliner Arztes Professor *Rudolf Virchow* fesselte ihn vor allem dessen Zellenlehre. Es spricht für einen bewundernswürdigen Scharfblick *Dr. Schüsslers*, in den chemischen Abläufen der Zellen den Schlüssel für das Verständnis vieler Krankheiten zu vermuten. Aus diesen Überlegungen heraus begründete er seine Mineralsalztherapie, die man noch heute die „*Biochemische Heilweise Dr. Schüsslers*“ oder kürzer die „*Biochemie Dr. Schüsslers*“ nennt.

Wir wollen im folgenden unter „**Biochemie Dr. Schüsslers**“ nur die Behandlung und Vorbeugung von Krankheitszuständen mit den später angegebenen **12** Mineralsalzen verstehen, also eine rein arzneiliche Behandlungsweise. Nicht als Wertung, sondern zur Klärung der Begriffe sei darauf verwiesen, dass die Behandlung mit homöopathischen Mitteln, Tees, Wasser, Naturheilkunde u. s. w. mit unter den Begriff „Biochemie“ fällt, sich aber in sinngemäßem Wechselspiel mit ihr und untereinander ergänzen kann.

Auch sind Fragen der Krankheitserkennung, wie Augendiagnose (*Irisdiagnose*), Astrologie, Pendeln und dergleichen, in keiner Hinsicht an den Begriff „Biochemie“ geknüpft.

## Was müssen wir wissen?

Der biochemischen Heilmethode liegt eine auf Erfahrung am kranken Menschen geformte Lehre zugrunde. Wer sich wirklich mit den von *Dr. Schüssler* angegebenen zwölf Mineralsalzen befasst und sie in ihrer feinsten Abstufung angewendet hat, wird die Erfolge verstehen und bestätigen können, die sie bis heute zu einer Volksheilkunde hat werden lassen.

Es ist kein Zweifel, dass *Dr. Schüssler* während seiner fünfzehnjährigen praktischen Tätigkeit als homöopathischer Arzt die vielseitige Bedeutung der in der homöopathischen Arzneimittellehre beschriebenen Minerale kennen lernte und sie besonders studierte. Dabei fiel ihm auf, dass gerade die Salze, die sich bei der Veraschung vom Körpergewebe als im menschlichen Organismus normal vorkommend erwiesen, in hoher Verdünnung eine tiefgreifende umstimmende Wirkung entfalteten.

*Dr. Schüssler* ging davon aus, dass diese Wirkung bei den einzelnen Menschen verschieden ist, je nach ihrer Art zu reagieren. Er beobachtete daher sehr genau die Konstitution seiner kranken und ordnete dieser das passende Mittel zu.

Derartige an den Konstitutionstyp gebundene Heilmittelwirkungen hat die Medizin seit jeher gekannt. In jüngster Zeit spielen sie in der Klimaforschung und der Bädetherapie eine grosse Rolle. Es spricht für eine spezielle Begabung *Dr. Schüsslers*, für die 12 Mineralsalze die jeweilige Konstitutionsspezifität herausgefunden zu haben.

Biochemie im Sinne *Dr. Schüsslers* ist also als eine medikamentöse Erfassung des ganzen Menschen aufzufassen. Wir wissen heute, wie damals auch schon, dass z. B. ein Schlankwüchsiger anders reagiert, auch zu anderen Krankheitsformen neigt wie ein Rundwüchsiger. Man kann also in einem gewissen Umfang schon vom Typ des körperlichen Erscheinungsbildes her auf die Disposition zu gewissen krankhaften Veränderungen schliessen. Andererseits scheint es durchaus möglich, aus bestimmten Reaktionsweisen gesunder oder krankhafter Art Schlüsse auf die Konstitutionsform zu ziehen.

Wenn *Dr. Schüssler* also von der sorgfältigen Beobachtung der Symptome eines Krankheitsbildes, der ganz persönlichen Reaktionsweise des Leidenden, ausging, versuchte er bei seiner Mittelwahl, die Abwehrkräfte des ganzen Menschen anzuregen. Es ging ihm so nicht um eine Art Reparatur von Schäden, ein Gesundmachen. Er wollte das Werden anregen, das im Gesuchwerden gedanklich sich ausdrückt. In diesem ärztlichen Vorhaben drücken sich die gleichen Tendenzen aus, die wir heute z. B. in der Naturheilkunde, der Kurbehandlung im Sinne vorbeugender Gesundheitspflege oder in der Psychotherapie vorfinden. Gerade auf die Verbindung der Gedanken *Dr. Schüsslers* zu denen der Psychotherapie ist oft hingewiesen worden, vor allem gerade von psychologischer Seite her.

Noch mehr leuchten die Beziehungen zu der seit dem Altertum bewährten Benutzung von Heilquellen ein. Die Genesungserfolge dieser Trinkkuren werden bekanntlich auf die im Wasser gelösten Mineralsalze zurückgeführt. Wieweit psychologische Faktoren und die innere Einstellung des Kranken bei der Genesung eine Rolle spielen, wissen wir aus neuesten Forschungsergebnissen der Hochschulmedizin. Wenn diese Zusammenhänge auch bei der Verordnung von biochemischen

Mitteln aufzufinden sind, wie es *Hans Blüher* in seinem Werk, „*Traktat über die Heilkunde*“ beschreibt, spräche dieser Punkt nicht gegen die Anwendung der Behandlungsgrundsätze *Dr. Schüsslers* in heutiger Zeit.

## **Kleiner Ratgeber zur Anwendung der biochemischen Heilweise nach Dr. med. Wilhelm Schüssler, 1955 – von Hazet**

*Biochemie* heisst „*Lebens-Chemie*“, Sie ist die Lehre von den Umwandlungen der Stoffe in den Lebewesen. Alles organische Leben spielt sich in Zellen ab. Die Zellen bilden Zellenstaaten oder Organismen (Lebewesen). Je höher ein Lebewesen entwickelt (organisiert) ist, umso höher sind die körperlichen, geistigen und seelischen Auswirkungen der in ihm wirkenden, göttlichen Lebenskraft. Alle Zellen und Organismen bedürfen als Lebensgrundlage Wärme, Wasser, Luft und Licht.

Der Mensch ist nun wie jedes andere Lebewesen ein wunderbar organisierter Zellenstaat, zusammengesetzt aus den verschiedensten Zellen, die sich zu Geweben und Organen vereinen, von denen jedes an seinem Ort dem Ganzen dient. Der Mensch schliesst in sich etwa 50 Billionen Zellen ein.

Die Zelle wird und vergeht. In 100-120 Tagen erneuern sich in uns alle Weichteilzellen. Die Blutzellen (Blutkörperchen) sogar in weniger als Monatsfrist. Für die Knochenzellen rechnet man mit einer Erneuerung innert sechs bis sieben Jahren. Nur rund 120 Tage sind also das Lebensalter der meisten Zellen in uns.

In dieser Zeit muss die Zelle mit Nahrung versorgt, das Verbrauchte muss weggeschafft, das Neue gebildet werden. Dies nennt man den Stoffwechsel.

Wasser, Eiweiss, Kohlenhydrate, Fett, Nährsalze, Vitamine usw. werden dem Körper durch den Magen-Darm-Kanal mit seinen Schleimhäuten zugeführt, Sauerstoff durch die Lunge. Auch Licht ist uns nötig, wenn auch in geringerem Masse wie den Pflanzen, da wir ja in der Pflanzenkost gewissermassen aufgespeichertes Sonnenlicht geniessen.

Das Verbrauchte wird hauptsächlich als Kohlensäure und Verbrennungswasser und als abgebaute Stickstoff- und Schwefelprodukte, zusammen mit den verbrauchten Nährsalzmengen, durch Lunge, Niere, Haut, Leber und Darm wieder aus dem Körper entfernt.

Die einzelne Zelle sucht sich aus dem Nährstrom die ihr zusagende Nahrung aus. Der Nährstrom, d. h. die mit flüssiger Nahrung und mit Sauerstoff beladene Blutflüssigkeit, wird durch die ganz feinen Schlaufen der Bluthaargefässe in die Lücken zwischen den Zellen hingeführt und dort ausgeschieden. Aus diesen Zelllücken nehmen die Zellen Nahrung und Sauerstoff auf und scheiden ihrerseits das Verbrauchte als Schlacken und Kohlensäure in die Zelllücken ab, wo sie von den Bluthaargefässen oder teilweise von den Lymphgefässen aufgenommen werden, um zur Ausscheidung zu gelangen.

Wählerisch sind die einzelnen Zellen und Zellgruppen bei ihrem Aufbau mit den verschiedenen Nährsubstanzen, ganz besonders in bezug auf die mineralischen Bestandteile der Nahrung, den Nährsalzen. Dann trotzdem alle Zellen, Zellgruppen und Organe, ihre Nahrung aus dem gleichen Nährstrom beziehen, hat doch jedes Organ, jede spezifische Zellart, ihren besonders zusammengesetzten Nährsalzgehalt. Dies ist feststellbar durch die Analyse der Aschenbestandteile. Also: Herz, Lunge, Niere, Haut usw. haben alle eine verschiedene, für sie besonders geeignete Zusammensetzung der Nährsalze.

Dies hängt zusammen mit den besonderen, lebensfördernden Eigenschaften der einzelnen Nährsalze oder den Funktionen derselben.

Wenn man bedenkt, dass alle Gedanken, Bewegungen und das Zusammenwirken der Organe in uns, vom Gehirn und dem sympathischen Nervensystem aus, elektrisch den Nerven übermittelt werden und dass die dazu nötige Elektrizität und deren Leitfähigkeit durch die verschiedenen Mineralsalze in uns ermöglicht werden, so kann man sich von der wahrhaft überwältigenden Wichtigkeit der mineralischen Salze in unserem Stoffwechsel ein Bild machen. Dazu kommt noch, dass ohne Beihilfe der Nährsalze die chemischen und osmotischen Vorgänge in uns nicht stattfinden könnten. Daher heissen die Nährsalze auch Funktionsmittel. Dieselben sind uns als Bestandteil unserer Nahrung absolut lebensnotwendig. Ohne sie könnten die organischen Lebensmittel, Eiweiss, Kohlenhydrate, Fett und Vitamine gar nicht in den Stoffwechsel eintreten. Aufbau und Abbau müssten unterbleiben. Auch die Pflanze kann ohne mineralische Nährsalze keine organische Substanz bilden. Man kann also sagen: Ohne Nährsalze oder Aschenbestandteile kein organisches Leben. Darin ist auch der Mensch an die Erde gebunden.

Daraus ergibt sich die ausserordentlich grosse Wichtigkeit einer ausreichenden Nährsalzversorgung für den menschlichen Organismus und sein richtiges Funktionieren, oder mit anderen Worten, für seine Gesundheit.

Die Gesundheit ist also abhängig von der lebensfördernden Tätigkeit der Nährsalze, die in jedem Teil in genügender Menge vorhanden sein müssen und in einem bestimmten Verhältnis zueinander zusammenwirken sollen. Sind diese zwei Bedingungen gestört, so ist auch die Gesundheit gestört.

Diesen äusserst wichtigen Teil der biochemischen Erkenntnis, den Mineralstoffwechsel im Organismus, hat nun *Dr. Wilhelm Schüssler* in genialer Weise benützt zur Schaffung einer biochemischen Heilweise, welche von ihren Anhängern kurzweg „*Biochemie*“ genannt wird.

Die Zellen enthalten die Nährsalze in winzig kleinen Mengen gelöst. (Pro Zelle rechnet man mit billionstel Grammen). In diesem Zustande sind die kleinsten Teilchen der Nährsalze, Moleküle genannt, noch elektrisch gespalten in positiv und negativ elektrisch geladene Ionen. *Anionen* und *Kationen*, so nennt man diese Molekül-Anteile, und diese sind es, die nach wissenschaftlichen Forscherkenntnissen als Kraft- und Lebensvermittler gelten.

In der genossenen Nahrung sind die mineralischen Bestandteile noch nicht als aktive, ionisierte Nährsalze vorhanden, sondern sie sind an die organische Substanz der Nahrung gebunden.

Das Kochsalz, das wir nötig haben ist ebenfalls schon genügend in den Speisen enthalten und jeder Kochsalzzusatz ist deshalb nur Genussmittel. Durch das vollständige Verbrennen der Nahrung zu Asche kann der Körper dann die nötigen verschiedenen Nährsalze selbst herstellen. Überschüsse werden ausgeschieden.

Die verschiedenen Nährsalze und ihre Ionen stehen nun in den Zellen und Körpersäften in gegenseitigem Kräftespiel, in einem ganz bestimmten Gleichgewicht oder Verhältnis zueinander, welches für den gesunden Körper nur in ganz engen Grenzen sich bewegen darf.

Schon geringe Schwankungen über diese lebensbedingenden (physiologischen) Grenzen hinaus verursachen durch Überreizung oder Lähmung der Zellen deren Absterben in kurzer Zeit.

Hat man nun die Möglichkeit, das Fehlende, den Mangel, den darnach hungernen Zellen in leicht verdaulicher Form als Nahrung wieder zuzuführen, so dass sie ihren Hunger stillen können, resp. wieder zu dem notwendigen Minimalgehalt an Nährsalz kommen, so erhalten die Zellen die normale Spann- und Abwehrkraft wieder zurück, sie können den krankmachenden Reiz abstossen und der krankhafte Zustand verschwindet.

Es hat sich nun durch die Erfahrung immer wieder gezeigt, dass man nicht einfach grössere Mengen des fehlenden Salzes einnehmen kann, um einen Nährsalzmangel zu decken, weil durch ein Übermass an Nährsalz die transportierenden Organe (Mund-, Magen- und Darm-schleimhäute) gereizt und zur kräftigen Abwehr gezwungen werden. Dadurch wird erfahrungsgemäss der gewollte Zweck nicht nur nicht erreicht, sondern eher das Gegenteil bewirkt, der bestehende Mangel wird sehr oft noch grösser, weil die Zelle sich durch Abgabe von Eigenflüssigkeit gegen das eindringende Übermass wehrt.

Damit die Nährsalze die transportierenden Organe nicht stören, müssen sie dem kranken Körper in Form von biologischen Verdünnungen verabreicht werden, so wie sie *Dr. Wilhelm Schüssler*, geleitet durch feine Beobachtung und reichste Erfahrung am Krankenbett, als nützlich und wirksam angegeben hat.

*Dr. Schüssler* sagt: „**Jedes biochemische Mittel muss so verdünnt sein, dass die Funktion gesunder Zellen nicht gestört, vorhandene Funktionsstörungen aber ausgeglichen werden können.**“ Und weiter: „**Die Dosis eines zu biochemischen Zwecken verordneten Salzes darf eher zu klein als zu gross sein. Ist sie zu klein, so führt Wiederholung zum Ziele; ist sie zu gross, so wird der beabsichtigte Zweck ganz verfehlt.**“

**Der Satz „Viel hilft viel“ beruht auf einem traditionellen Irrtum.**

Hier gilt das biologische Grundgesetz der Professoren *Arndt* und *Schulz*: „**Schwache Reize fachen die Lebens-tätigkeit an, mittelstarke fördern sie, starke hemmen sie und stärkste Reize heben sie auf.**“ Diese Funktionsmittel müssen also viele Male in kleinen Mengen eingenommen werden, je nach der Grösse des vorhandenen Defizits an Nährsalz in den Zellen.

Diese kleinen Salzmengen, molekular aufgeteilt, sind eine direkte Hilfe an die kranken Zellen durch Lebensanregung. Zugleich werden damit auch benachbarte Zellgebiete aktiviert, was noch mit beiträgt zu rascherer Heilung.

Die leicht löslichen Nährsalze verwendet *Dr. Schüssler* normalerweise in der sechsten Dezimalverdünnung oder Dezimalpotenz (D6), die schwer löslichen normalerweise in der zwölften (D12).

Die Einverleibung dieser verdünnten Nährsalzmengen geschieht am besten durch die Zungen- und Rachenschleimhäute (*perlingual*). Man lässt die normalerweise mit reinem Milchzucker verdünnten Nährsalze in Tabletten geformt langsam auf der Zunge vergehen, oder man gibt sie in ein wenig Wasser gelöst auf die Zunge. Bei Einnahme dieser Mittel durch den

Magen werden dieselben so sehr verdünnt, dass etwa Mittel der 6. Potenz in ihrer Wirkung nur noch solchen der 9.-10. Potenz entsprechen.

Die ärztlich biologische Forschung, hat für kleine ionisierte Salzmengen, z. B. Jodsalze festgestellt, dass diese sehr rasch durch die Mundschleimhäute in die Lymphbahnen und von da ins Blut diffundieren, so dass ein vermehrter Jodgehalt schon nach 7-8 Minuten feststellbar ist im Blut. Dass auch kleine Gaben, wie z. B. ein Millionstel Gramm, schon wirksam sein können, beweist der Umstand, dass diese kleine Menge Nährsalz, je nach der Art, doch noch 100 bis 160 Billiarden Moleküle oder etwa doppelt so viele Ionen

enthält (elektrisch geladene Teilmoleküle). Auf jede einzelne Zelle unseres Körpers treffen also damit schon viele Tausend Ionen. Unsere Nervenzellen sind solch kleinen Mengen gegenüber durchaus empfindungsfähig, empfinden wir doch gewisse Giftgase schon in Milliardstel Verdünnung als erstickend, und ebenso Duftstoffe als angenehm. Auch in der Pflanzenwelt ist eine ähnliche Empfindsamkeit kleinsten Mengen gegenüber vorhanden.

Die feine und gleichmässige Verteilung des Nährsalzes im Verdünnungsmittel spielt eine wesentliche Rolle in bezug auf die Wirksamkeit einer solchen Verdünnung. Besonders einleuchtend ist dies, wenn es sich um die schwerlöslichen Salze der Erden und die Kieselsäure handelt. Je feiner die Verteilung, um so grösser die Löslichkeit und um so grösser und gleichmässiger die Wirkung. Die richtige Herstellung solcher Verdünnungen verlangt nun vom Hersteller viel gewissenhafte Sorgfalt und erstklassige Apparaturen, so dass deren Einkauf Vertrauenssache geworden ist.

Solche gute Nährsalzverdünnungen bringen den darnach hungernden Zellen diese Nährsalze in absolut aktionsfähiger oder leichtest aufnehmbarer Form, dadurch ihre belebende und damit heilende Wirkung. Sie sind also eine direkte Unterstützung der mangelleidenden Zellen mit körpereigenen Stoffen. Darin liegt auch der prinzipielle Unterschied der biochemischen Heilmethode *Dr. Schüsslers* gegenüber anderen Heilweisen, welche, auf anderen Prinzipien beruhend, eine Heilung oft mit körperfremden Stoffen zu erreichen suchen.

Mannigfach sind die Mittel und Wege der Menschen, Heilung zu erreichen. Heilen kann, im ureigensten Sinne des Wortes, nur die Natur und der Mensch kann sie nur in ihrem Heilbestreben unterstützen.

Eine solche Unterstützung und dazu eine wirklich zuverlässige und leicht verständliche ist eben die biochemische Heilmethode nach *Dr. Schüssler*, welche mit ihren Nährsalzen den kranken Zellen mangelnde Funktionsmittel wieder zuführt und sie dadurch nach Möglichkeit wieder aktionsfähig macht. Damit wird die Kampfkraft des kranken Körpers neu gestärkt, was zur Heilung führen muss, wenn überhaupt eine Heilung mit inneren Mitteln möglich ist.

Damit sind wir zum Fundamentalsatz *Dr. Schüsslers* gelangt: „**Die biochemischen Mittel, in richtiger Wahl angewendet, genügen zur Heilung aller durch innere Mittel heilbaren Krankheiten.**“

Als Selbstverständlichkeit möchte ich noch bemerken, dass eine vernünftige, dem Fall angepasste Lebensweise eingehalten werden muss, damit die Funktionsmittel ihre volle segensreiche Wirkung entfalten können. Denn wer nicht naturgemäss vernünftig lebt, wirft oft seine Gesundheit mit Schaufeln fort und muss nicht glauben, dass er sie, ohne Änderung der Lebensweise, mit ein paar Pillen wieder zurückholen kann.

Die überraschen guten Heilerfolge mit Biochemie bei kleinen Kindern und ebenso bei kranken Tieren beweisen zur Genüge, dass diese biochemische Heilweise der Suggestion oder des Glaubens nicht bedarf, um wirksam zu sein. Damit verkennt aber der Verfasser keinesfalls die grossen Heilkräfte, die in einer sympathischen Einstellung des Kranken zum Heilmittel liegen. Noch wichtiger aber erachtet er die Heilkräfte, welche durch Schaffung der natürlichen, geistigen und seelischen Harmonie im Menschen wach werden.

Der Wert der Biochemie *Dr. Schüsslers* liegt nun aber nicht allein in der naturgemässen Heilung akuter und chron-

ischer Krankheiten durch Mangelausgleich, damit ist ihre Wirkung noch nicht erschöpft. Ein ganz bedeutender volkswirtschaftlicher Wert liegt in der Tatsache, dass man mit diesen Funktionsmitteln die Konstitution des Menschen, im wesentlichen auch auf Mangelzuständen beruhend, in günstigem Sinne beeinflussen kann.

Was versteht man unter **Konstitution** und **Disposition**? Diese beiden Begriffe gehören zusammen. – Unter Konstitution versteht man die gesundheitliche Verfassung eines Menschen, welche teils ererbt, teils erworben wird, und unter Disposition seine konstitutionellen Schwächen, die Anfälligkeit für bestimmte Krankheiten.

Man erkennt also die Disposition daran, dass das gleiche Leiden wiederholt auftritt oder aber, dass Leiden, welche auf Mangel an den gleichen Nährsalzen zurückzuführen sind, einander öfters folgen.

Sorgt man nun durch regelmässige Einnahme eben dieser als mangelnd erkannten Nährsalze dafür, dass der Mangel behoben wird, so kann man damit die Anfälligkeit oder Disposition zu diesen Krankheiten wesentlich herabsetzen oder sogar zum Verschwinden bringen. Mit anderen Worten, man kann damit diesen anfälligen Krankheiten vorbeugen und damit die Konstitution ganz wesentlich verbessern. Gleichgültig ist dabei, ob dieselbe ererbt oder durch eine unzweckmässige Lebensweise erworben worden war.

Dadurch sind die Nährsalze *Dr. Schüsslers* zugleich auch wirksame Konstitutionsmittel. Dies ist für die Volksgesundheit ausserordentlich wichtig, besonders im Hinblick auf die Zeugung, für das kommende Geschlecht. Die Biochemie *Dr. Schüsslers* ist also auch ein bisher leider noch viel zu wenig beachteter Faktor zur Gesundung der Bevölkerung.

Seit dem Altertum bis etwa zum letzten Drittel des 19. Jahrhunderts waren die von der Natur gegebenen Mittel (Heilkräuter, Lehm, Mineralwasser, Sonne, Wärme, Wasser, Massage und Bewegung, Diät & Schlaf- oder Erholungskuren, ect...) die einzigen Hilfsmittel des Arztes im Kampf gegen Krankheiten. Gegen Ende des 19. Jahrhunderts setzte dann der sogenannte Siegeszug der Chemie und der Naturwissenschaften ein, unter deren Einfluss sich ein grundsätzlicher Wandel im ärztlichen Denken abzuzeichnen begann; damit verbunden war eine Änderung der Pharmakologie (der Lehre von der Arzneimittelwirkung). Im Gefolge dieser für damalige Zeiten staunenswerten Forschungsergebnisse der Chemie glaubte man, den Körper als ein Konglomerat von chemischen Stoffen auffassen zu können und man glaubte, durch chemische Mittel den Körper wieder in den Zustand der Gesundheit versetzen zu können.

Bei solchen Gedankengängen hatte man aber völlig übersehen, dass der Körper über keine Stoffwechselanlagen für chemische bzw. synthetische Substanzen verfügt. Das bedeutet, dass der Organismus mit solchen Stoffen im allgemeinen nicht reguliert (normalisiert) werden kann, sondern nur in eine künstliche (oft vorübergehende) definierte Stoffwechselsituation gebracht werden kann.

Während auf einzelnen Gebieten der Medizin, insbesondere auf dem Gebiet der Chirurgie wahre Grosstaten vollbracht wurden, hat die materialistisch-mechanistische Auffassung des lebendigen Organismus bei der Bekämpfung vor allem der chronischen Leiden in eine Sackgasse geführt, aus der es keinen Ausweg – es sei denn den der völligen Umkehr – gibt.

Und fürwahr: Wer möchte im Ernst behaupten, dass man ein chronisches Nervenleiden oder eine hartnäckige Schlaflosigkeit oder eine Migräne mit giftigen Betäubungsmitteln heilen könnte?

Es ist selbstverständlich, dass eine derartige, den Gesetzen der Natur widersprechende Behandlung nicht nur erfolglos sein musste, sondern dass durch sie auch noch Schäden gesetzt werden (Arzneimittelschäden). Das Ergebnis aber war ein Anwachsen der Anhängerschaft der Naturheilmethoden.

Die Biochemie nach *Dr. Schüssler* gehört aus dem Grunde zu den „naturgemässen Heilmethoden“, weil ihre Heilmittel (die Funktionsmittel) aus potenzierten Mineralsalzen bestehen, die von Natur aus zu den Bestandteilen der menschlichen Zelle und damit der Gewebe und Organe gehören.

Wir wollen den Begriff etwas verändern und von „naturgemässen Heilmethoden“ sprechen. Man versteht dann also darunter etwas, was sich um „Natur“ und die ihr „gemässe“ Heilweise dreht. Darüber gehen die Ansichten oft auseinander. Man kann sich aber auf die Formulierung des grossen Arztes Ferdinand Hoff einigen: „Eine Krankenbehandlung ist naturgemäss, wenn sie in gebührender Ehrfurcht vor dem wunderbaren Wirken der Selbsterhaltungsvorgänge in der Natur handelt und sich selbst als ein teil derselben, als dienendes glied betrachtet. In diesem Geiste kann und soll sie alle Heilmethoden heranziehen, die treue Naturbeobachtung und wissenschaftliche Forschung als die geeignetsten erwiesen haben.“

Naturwidrig ist eine ärztliche Denkweise, die von vorgefassten dogmatischen Glaubenssätzen ausgeht, aufgrund dieser Dogmen sich prinzipiell auf eine enge Behandlungsmethode beschränkt und andere ablehnt und sich auf diese Weise anmass, den grossartigen Reichtum und die Mannigfaltigkeit der Natur in ein engstirniges kleines Schema zu zwängen.

## Zusammenfassung

Die biochemische Heilweise *Dr. Schüsslers*, mit ihren ungiftigen, körpereigenen Nährsalzen oder Funktionsmitteln in aktiver Form, ist in der Hand des forschenden und wissenden Arztes eines der vollkommensten Instrumente, leidenden Menschen und Tieren Linderung und Heilung zu verschaffen.

Sie kann in der Hand des Hygienikers ein wichtiger Faktor werden zur Hebung der Volksgesundheit. Sie ist aber auch durch ihre grosse Einfachheit und ihre in ihren Grundzügen so leicht verständliche Wirksamkeit auf die mangelleidende Zelle und damit auf den kranken Organismus, direkt vorbestimmt als Volksheilweise. Besitzt sie doch in geradezu idealer Art alle Eigenschaften, welche eine gute Volksheilweise haben muss: Sie ist einfach, ihre Mittel sind ungiftige Nahrungsmittel, sie ist zuverlässig-wirksam und leicht verständlich.

Die *Biochemie nach Dr. Schüssler* erfreut sich zunehmender Beliebtheit. 12 Funktions- und 13 Ergänzungsmittel machen es vergleichsweise einfach, das richtige Schüsslersalz oder die richtige Mittelkombination zu finden. Obwohl *Schüssler* die ihm vertrauten Potenzen einsetzte, ist seine *Biochemie* keine homöopathische Methode, sondern sowohl eine Substitutionstherapie als auch eine Regulations-therapie.

Schüsslers Nachfolger haben die Funktionsmittel mit jenen Salzen ergänzt, die nach *Schüsslers* Tod als weitere lebenswichtige (essentielle) Mineralstoffe erkannt wurden. Es könne sinnvoll sein, Ergänzungsmittel mit Funktionsmitteln zu kombinieren, wenn die erhoffte Wirkung ausbleibt und ein Ergänzungsmittel in den Behandlungsplan passt.

## Wer war Dr. Schüssler?

Die Lebensdaten (S. 14)

- 1821** Am 21. August Geburt Wilhelm Heinrich Schüsslers in Bad Zwischenahn im Grossherzogtum Oldenburg.
- 1853** Beginn des Medizinstudiums in Paris.
- 1854** Studium in Berlin.
- 1855** Promotion zum Dr. med. in Giessen. Anschliessend an der Universität Prag Fortsetzung des Studiums.
- 1856** Nachträgliches Abiturium am Alten Gymnasium in Oldenburg.
- 1856** Am 28. Juli und 12. August medizinisches Staatsexamen in Oldenburg.
- 1857** Am 2. Januar Zulassung Dr. med. Schüsslers als Arzt, Wundarzt und Geburtshelfer. Erste Wohnung und Praxis in der Kurwickstrasse.
- 1872** Beginn der Arbeiten an der „abgekürzten Therapie“.
- 1873** Erster Artikel mit dem Titel „Eine abgekürzte homöopathische Therapie“ in der „Allgemeinen Homöopathischen Zeitung Nr. 12“
- 1874** Erscheinen der 1. Auflage „Eine abgekürzte Therapie“.
- 1885** Gründung des ersten Biochemischen Vereins Deutschlands (Rechnungsrat Meyer in Oldenburg) und damit Beginn des Biochemischen Vereinswesens überhaupt.
- 1898** 30. März, Tod von Dr. med. Wilhelm Heinrich Schüssler.

## 12 Funktionsmittel

- 1. Calcium-fluoratum naturale**  
Stabilisator
- 2. Calcium-phosphoricum**  
Knochensalz
- 3. Ferrum-phosphoricum**  
Entzündungsmittel I
- 4. Kalium-chloratum naturale**  
Entzündungsmittel II
- 5. Kalium-phosphoricum**  
Nervensalz
- 6. Kalium-sulphuricum**  
Entzündungsmittel III, Hautsalz
- 7. Magnesium-phosphoricum**  
Krampf- und Schmerzmittel
- 8. Natrium-muriaticum naturale**  
Flüssigkeitsregulator
- 9. Natrium-phosphoricum**  
Stoffwechsel
- 10. Natrium-sulphuricum**  
Ausscheidungsmittel
- 11. Silicea naturale**  
Bindegewebsmittel
- 12. Calcium-sulphuricum naturale**  
Salz bei eitrigen Prozessen

Diese 12 Mittel sind auch als Salben zur äusserlichen Anwendung erhältlich.

## Einnahme der Mittel

Die Einnahme geschieht am besten 15 bis 30 Minuten vor den Mahlzeiten oder eine Stunde danach. Wichtig ist es, die Tabletten im Mund zergehen zu lassen, denn die feinstverteilten Arzneistoffe werden bereits durch die Mundschleimhäute aufgenommen.

Eine Ausnahme ist das Mittel Nr. 7 Magnesium-phosphoricum bei Schmerzanfällen und Kramp fzuständen: 10 Tabletten werden in heissem Wasser gelöst – nicht mit Metalllöffel umrühren – und möglichst heiss in kleinen Schlucken getrunken.

## 13 Ergänzungsmittel

13. **Kalium-arsenicum**  
Salz für Haut und Juckreiz
14. **Kalium-bromatum**  
Nervenberuhigungsmittel
15. **Kalium-jodatium**  
Schilddrüsenmittel
16. **Lithium-chloratum**  
Salz für kleine Gelenke, Gicht
17. **Manganum-sulphuricum**  
Begleiter des Eisens
18. **Calcium-sulphuratum**  
Entgiftungs-, Stauungsmittel
19. **Cuprum-arsenicum naturale**  
Salz für Koliken, Bindegewebe
20. **Kalium-aluminium-sulphuricum**  
Blähungs- und Darmmittel
21. **Zincum-chloratum**  
Immunsystem und Stoffwechsel
22. **Calcium-carbonicum naturale**  
Aufbau- und Nervenmittel
23. **Natrium-bicarbonicum**  
Säure-Basen-Mittel
24. **Arsenicum-jodatium**  
Allergie- und Schleimhautmittel
25. **Aurum-chloratum-natronatum**  
Frauen- und Nervenmittel

## Dosierung der Mittel

Akute, d. h. rasch verlaufende Krankheiten verbrauchen die notwendigen Nährsalze rascher als chronische, d. h. langsam verlaufende Krankheiten. Daher benötigt der Körper im ersten Fall zeitlich mehr Nährsalzgaben als im letzteren.

Akute Krankheiten: alle 5 Minuten bis stündlich. Chronische Krankheiten: stündlich bis dreimal täglich.

Grosse Schwächezustände und Lebensgefahr in Krisen verlangen ebenfalls sehr häufige Gaben. Aber auch bei rein chronischen Erkrankungen und Zuständen zeigt sich erfahrungsgemäss, dass öftere Gaben die Zellen wesentlich stärker beeinflussen

und erneut kampfkraftiger machen als seltenere. Die Folge davon ist, dass auch eine intensivere Heiltätigkeit einsetzt, welche rascher zur Heilung führt. Gar nicht selten sind damit anfänglich vermehrte Beschwerden verbunden, welche man deshalb als günstige Zeichen auffassen kann.

## Auswahl der Mittel

1. Nach den **Mangelsymptomen** der 12 Schüsslermittel, wie solche bei den Beschreibungen der Nährsalze vermerkt sind.
2. Nach der **Krankheit**, sofern eine richtige Diagnose vorliegt.
3. Nach der **Antlitzdiagnose**.

## Anwendung der Mittel

1. Als Trockengaben normalerweise 1-2 Tabletten à 0,1 g pro Dosis, was der Vorschrift Dr. Schüsslers „erbsengross“ entspricht.
2. In Wasser gelöst. Dies gilt besonders für Fieberkranke, aber auch in Fällen, wo durch langes Einnehmen die trockenen Tabletten verleiden. 1-2 Tabletten werden in ca. einem halben Teelöffel gekochtem Wasser aufgeschwemmt, im Munde verteilt und nach ein paar Sekunden geschluckt. Praktischerweise kann man den Tagesbedarf herstellen und davon jeweils ein halber Teelöffel voll einnehmen (z. B. 20 Tabletten von 0,1 g in 5 Kaffeelöffel Wasser aufgeschwemmt).
3. Zur starken Anregung des Heilprozesses und als Vorratsgaben z. B. für die Nacht, kann man mit Vorteil heisse Lösungen einnehmen, die man folgendermassen herstellt: 5-10 Tabletten à 0,1 g werden in ein bis zwei Esslöffel voll heissem, gekochtem Wasser gelöst.

Diese Lösung wird in ganz kleinen Schlückchen eingeschlürft, wobei man jedes Mal die ganze Mundschleimhaut damit erwärmt und erst dann schluckt. Durch die Erwärmung werden die Schleimhäute besser durchblutet und dadurch eine intensivere Aufnahme der Nährsalze bewirkt. Sind mehrere Mittel angezeigt, so soll man sie nicht alle miteinander, sondern einzeln in Zwischenpausen von mindestens 5 Minuten einnehmen. Jedes Mittel steht nämlich zu jedem anderen ein einem grösseren oder kleineren Gegensatz, weshalb bei einer gemeinsamen Einnahme ihre Wirksamkeit gehemmt werden kann.

4. Äusserlich angewendet als Wickel, Salbe oder Bäder. Für Wickel löst man je nach Grösse derselben 10 bis 20 Tabletten à 0,1 g in soviel gekochtem, warmem Wasser als nötig auf. Bei allen Salzen kann man dazu mit Vorteil niedriger potenzierte, d. h. weniger verdünnte Nährsalztabletten verwenden, z. B. Kalium-phosphoricum D3, Ferrum-phosphoricum D6, Calcium-fluoratum D6, Silicea D6 ect. 10 Tabletten genügen dann schon für warme Teilbäder. (Arm., Fuss- oder Sitzbäder).

## Haltbarkeit der Mittel

Bei trockener und geruchsfreier Aufbewahrung sind die Tabletten nach *Dr. Schüssler* nahezu unbeschränkt haltbar.

## Einzelne Funktionstypen

(*Dr. H. G. Jaedicke* – „*Dr. Schüsslers Biochemie – Eine Volkheilweise*“, Alwin Fröhlich Verlag S. 38)

- Bsp. Asthma (S. 89)  
 Ausschläge (S. 95)  
 Absonderungen (S. 81)  
 Husten (S. 139)  
 Schwangerschaft (S. 178)  
 Rekonvaleszenz (S. 182)  
 Zunge (S. 186)

## Lehrbuch der Biochemie (S. 23-39)

- A)** Entzündungsstudien (3)  
 Hyperämie (Ferrum-phosphoricum)  
 Ausschläge (Kalium-chloratum)  
 Wiederherstellung  
 (Kalium-sulphuricum)
- B)** Nervensalze (5)  
 (Kali-p, Nat-m, Nat-p, Mag-p, Sil)
- C)** Blutsalze (7) (Calc-p, Nat-m,  
 Nat-p, Nat-s, Kali-p. Kali-mur, Ferr-p)
- D)** Knochensalze (4)  
 (Sil, Nat-m, Calc-p, Mag-p)
- E)** Muskelsalze (6) (Ferr-p,  
 Kali-s, Kali-chl, Kali-p, Calc-p, Mag-p)
- F)** Sehnen- und Bändersalze (2)  
 (Calc-f, Sil)
- G)** Schutzorgane, Hautsalze (4)  
 (Kali-s, Sil, Nat-m, Calc-f)
- H)** Blutgefässsalze (4)  
 (Calc-f, Ferr-p, Sil, Mag-p)
- J)** Fäulnisverhütende Salze (3)  
 (Kali-p, Nat-m, Mag-p)
- K)** Drüsensalze (5)  
 (Mag-p, Kali-chl, Nat-m, Nat-p, Calc-f)
- (S. 40-49)

1. Kalksalze
2. Eisensalze
3. Kalisalze
4. Magnesiumsalze
5. Natriumsalze
6. Kieselerde

**Mineralstoffe nach Dr. Schüssler**  
 Mineralstoffe (S. 75)

## Einteilung in Gruppen, Organbereiche oder Funktionen

- A.) Blutbildung
- B.) Bluterhaltung
- C.) Bänder
- D.) Drüsen
- E.) Entgiftung
- F.) Haut
- G.) Knochen
- H.) Muskeln
- I.) Nerven

### A. Ergänzungsmittel (ohne Antlitzdiagnostisch Merkmale)

(S. 125) Bei den Ergänzungsmitteln handelt es sich um Kombinationen, die *Dr. Schüssler* noch nicht erforschen konnte und somit auch nicht kannte. Erst durch die verfeinerten Analysemöglichkeiten des 20. Jahrhunderts wurde es möglich, diese Substanzen im Körper zu finden. Allerdings sind die Ergänzungsmittel nur in sehr geringem Masse im Organismus vorhanden.

In der Praxis erweist sich der Einsatz der **zwölf** Mineralstoffe nach *Dr. Schüssler* meistens als ausreichend. Sollte durch ihre Anwendung aber keine entsprechende Veränderung erreicht werden, können die Ergänzungsmittel wertvolle Unterstützung bieten. Da für die Ergänzungssalze keine antlitzdiagnostischen Merkmale bekannt sind, ist vor ihrer Einnahme ein genaues Studium der Wirkungsbereiche dringend erforderlich. Um ein Ergänzungsmittel einzusetzen, sollten mehrere der für das entsprechende Salz aufgezählten Symptome zutreffen. Die Dosierung ist eher niedrig zu halten. Von einigen der Ergänzungsmittel sind bisher nur wenige Erfahrungswerte und Forschungsergebnisse bekannt.

- 13. **Kalium-arsenicum**  
Kaliumarsenit ( $K_3AsO_3$ )
- 14. **Kalium-bromatum**  
Kaliumbromid (KBr)
- 15. **Kalium-jodatum**  
Kaliumjodid (KJ)
- 16. **Lithium-chloratum**  
Lithiumchlorid (LiCl)
- 17. **Manganum-sulphuricum**  
Mangansulfat ( $MnSO_4$ )
- 18. **Calcium-sulphuratum**  
Calciumsulfid, Schwefelleber ( $CaS$ )
- 19. **Cuprum-arsenicum**  
Kupferarsenit ( $Cu_3(AsO_3)_2$ )
- 20. **Kalium-aluminium-sulphuricum**  
Kalium-Aluminium-Sulfat  
Alaun ( $AlK(SO_4)_2 \times 12 H_2O$ )
- 21. **Zincum-chloratum**  
Zinkchlorid ( $ZnCl_2$ )
- 22. **Calcium-carbonicum**  
Calciumkarbonat ( $CaCO_3$ )
- 23. **Natrium-bicarbonicum**  
Natriumbikarbonat, Natron  
( $NaHCO_3$ )
- 24. **Arsenicum-jodatum**  
Arsentrijodid ( $AsJ_3$ )
- 25. **Aurum-chloratum-natronatum**  
Natroniertes Goldchlorid ( $AuNaCl$ )

### Handbuch Schüssler

- B. **Diagnose, Antlitz** (*Formular*) (S. 167)
- C. **Text** (*Kurt Hickethiers*) (S. 153)
- D. **Dosierung und Einnahme**  
(*Menge und Tageszeit*) (S. 133)
- E. **Organuhr** (S. 159/160)
- F. **Chronische Krankheiten**  
(*Gicht, Varizen*) (S. 134/135)
- G. **Foto Dr. Wilhelm Heinrich Schüssler**  
(*Biochemie Lexikon*) (S. 21)

## Grundsätze und Lehrsätze der Schüssler'schen Biochemie

Drei Grundpfeiler sind es, auf denen sich im wesentlichen das Lehrgebäude der Biochemie nach Schüssler aufbaut. Diese sollen nun etwas näher erläutert werden! (S. 25)

### 1.

Der Grundsatz der Biologie, wie sie damals verstanden wurde: „Die kleinste Lebenseinheit ist die Zelle“. Heute weiss man, dass dieser Satz nicht mehr ganz zutrifft; die biologische Forschung hat ergeben, dass sich die Zelle selbst wieder aus einer grossen Zahl von Einzellebewesen zusammensetzt. Für das Verständnis der biochemischen Lehre kann man aber unbedenklich von der Zelle als Lebenseinheit ausgehen.

### 2.

*Rudolf Virchow's* berühmter Satz: „Das Wesen der Krankheit ist die pathogen (krankhaft) veränderte Zelle“.

### 3.

Der Grundsatz *Moleschott's*: „Gesund bleiben kann der Mensch nur, wenn er die nötigen Mineralstoffe in der erforderlichen Menge und im richtigen Verhältnis besitzt.“

Alle Organe des menschlichen Körpers bestehen aus kleinen Bauelementen, die man Zellen nennt. Wenn Zellen gleicher Art mit bestimmter Funktion zusammenwirken, nennt man das Gewebe. So finden sich z. B. spezialisierte Zellverbände zusammen zu Knochen, zu Muskeln, zu Deckgewebe, zu Bindegewebe, zu Fettgewebe und zu Nervengewebe, um nur einige zu nennen. Stammesgeschichtlich stammen jedoch alle Zellen, auch wenn sie noch so verschieden sind, in Funktion und Bau von einzelligen Lebewesen ab und in der gleichen Weise entwickeln sich noch

die ca. 50-80 Billionen Zellen des menschlichen Körpers aus einer einzigen Zelle, nämlich aus der befruchteten Eizelle.

Die Zelle ist keineswegs eine kompakte Angelegenheit, sondern eine hochorganisierte Funktionseinheit, sie besteht aus einem Zellkern (Nukleus) und einer den Zellkern umgebenden Schicht, die Protoplasma genannt wird. Diese wiederum ist umgeben von einer Zellmembran, die die Zelle gegen ihre Umgebung abschliesst. Das Protoplasma, auch Zytoplasma genannt, enthält wieder eine ganze Anzahl von Zellelementen oder Zellorganellen, die alle unterschiedliche Aufgaben haben. So z. B. das Endoplastische Retikulum, die Ribosomen, den Golgiapparat, die Mitochondrien und die Lysosomen. Der Zellkern enthält ausserdem das Kernkörperchen und die DNS (Desoxyribonukleinsäure). Die DNS ist die Erb-Information, die bei einer Zellteilung auf beide Tochterzellen übergeht.

Jede Zelle hat spezifische Aufgaben – je nach ihrer Spezialisierung und ist ein Wunderwerk, vergleichbar mit einer chemischen Fabrik, die vollautomatisch läuft und selbst bei den vielen Störeinflüssen, denen sie ausgesetzt ist, schafft sie es, im Verband mit den Zellen gleicher Aufgabe, den vielfältigen Anforderungen, für die sie gebaut ist, gerecht zu werden.

Alle Zellen erfüllen bestimmte Aufgaben und sind demnach nicht nur in ihrem Bau, ihrer Grösse und Beschaffenheit, sondern auch in ihren Funktionen im einzelnen unterschiedlich gestaltet.

Aber besonders festzuhalten ist: Jede Zelle ist ein Lebewesen für sich. Die Gesamtheit der Zellen ergibt unser organisches Leben. Dennoch sind alle Zellen aufeinander angewiesen, und erst ihr Zusammenhang und ihre gegenseitig aufeinander abgestimmten Funktionen ergeben den „Zellen-Staat“, den wir dann „Körper“ nennen.

## Die Zellulärpathologie Virchows

Aus diesen Erkenntnissen der Biologie baut sich nun ganz logisch der Grundsatz *Virchows* auf, dass nämlich die Krankheit ihren letzten Sitz stets in der Zelle hat. *Rudolf Virchow*, geb. am 13. Oktober 1821 in Schivelbein in Pommern, gestorben am 5. September 1902 in Berlin, war der Begründer der sogenannten „Zellulärpathologie“.

Natürlich ergreift das Krankheitsgeschehen nicht etwa nur eine einzelne Zelle, sondern stets einen „Zellverband“. Eine Krankheit liegt begreiflicherweise nicht schon dann vor, wenn von den oben erwähnten 50-80 Billionen Zellen vielleicht 1'000 oder 10'000 Zellen krankhaft verändert sind. Es müssen schon Funktionsstörungen eintreten, die dem normalen Ablauf des Lebensgeschehens eines Organes bzw. des Organismus hinderlich, schädlich oder zweckwidrig werden. Dann erst treten sie als Krankheit in Erscheinung.

Die „Symptome“ als Krankheitserscheinungen sind also nichts anderes als der Ausdruck einer gestörten Funktion der krank gewordenen (krankhaft veränderten) Zellen bzw. Zellverbände.

*Virchow's* Lehre ist ein wichtiger Grundpfeiler in dem Aufbau des *Schüssler'schen* Lehrgebäudes.

Trotz Widerstreits wegen der unterschiedlichen Auffassungen der Humoralpathologie, Solidarpathologie oder Zellulärpathologie ist es für unser heutiges Verständnis wichtig, dass wir wissen, dass das Wesen einer Erkrankung nie darin liegt, dass ein gewisses Areal des Körpers erkrankt ist, während der Rest gesund bleibt, sondern dass eine Erkrankung stets den *gesamten* Organismus über den Stoffwechsel ergreift, selbst wenn die Krankheitszeichen nur lokal erkennbar sind.

## Jakob Moleschotts Physiologie des Lebens

*Moleschott* lehrt, dass die Gesundheit des Körpers bedingt ist durch das Vorhandensein der notwendigen mineralischen Bestandteile. Das heisst also: Im Körper, im Blut, in der sogenannten „Zwischenzellflüssigkeit“ und in den Zellen selbst müssen die notwendigen Mengen der anorganischen Bestandteile (Mineralsalze) vorhanden sein, wenn der Zustand der Gesundheit bestehen soll.

*Jakob Moleschott*, geboren am 9. August 1822 in Herzogenbusch, gestorben 20. Mai 1893 in Rom, einer der bedeutendsten Physiologen des 19. Jahrhunderts, ist heute fast vergessen. Er entwickelte als Universitätslehrer und als Schriftsteller eine ausserordentlich fruchtbare Tätigkeit. Es konnte nicht wundernehmen, dass auch *Schüssler*, der bei seinen Forschungen in erster Linie von der „Physiologie“ (d. i. die Lehre von den normalen Lebensvorgängen) ausgegangen ist, von *Moleschott* starke Anregungen empfangen hatte. Insbesondere eines der bedeutendsten Werke *Moleschotts*, „Kreislauf des Lebens“ (2 Bände, Mainz 1852), gab *Schüssler*, wie wir vermuten müssen, den letzten Anstoss zur Begründung seiner „biochemischen Heilmethode“. In diesem Buch prägt *Moleschott* den lapidaren Satz:

**„Der Bau und die Lebensfähigkeit der Organe sind durch die lebensnotwendigen Mengen der anorganischen Bestandteile bedingt...“** Und weiter: **„Es lässt sich angesichts der eingreifenden Tatsachen nicht mehr bestreiten, dass die Stoffe, die bei der Verbrennung zurückbleiben, die sogenannten Aschenbestandteile (d. h. die anorganischen Stoffe), zu der inneren Zusammensetzung und damit zu der formgebenden Grundlage der Gewebe ebenso wesentlich gehören, wie die Stoffe, welche die Verbrennung verflüchtigt...“**

Wenn wir den obigen zuerst zitierten Satz seiner professoralen Schwerflüssigkeit entkleiden, so besagt die Lehre *Moeschotts* in knappen Worten:

**„Gesund bleiben (Aufbau und Erhaltung) kann der Mensch nur, wenn er die notwendigen Mineralstoffe in seinem Körper besitzt.“**

Dies also waren die Grundlagen des Lehrgebäudes, auf denen *Schüssler* aufbaute:

### 1. Lehrsatz der Biologie

Die Natur der Zelle.

### 2. Virchow

Das Wesen der Krankheit als pathogen veränderte Zelle.

### 3. Moleschott

Lebensnotwendig sind die anorganischen Stoffe.

## Schüsslers Grundsätze

(Grundsätze = Lehrsätze) – Bevor wir nun darangehen, die Grundsätze der *Schüssler'schen* Lehre darzustellen, müssen wir auf eine wichtige Tatsache hinweisen: Wenn in Lehrbüchern der biochemischen Heilmethode der Versuch unternommen wird, eine „wissenschaftliche“, theoretisch-logische Begründung für die einzelnen Lehrsätze und ihre Schlussfolgerungen aufzustellen, so muss anerkannt werden, dass ein derartiger Versuch im exakt-naturwissenschaftlichen Sinne bisher nicht gelungen ist.

Dies ist eines der wichtigsten „Argumente“ der Gegner der *Schüssler'schen* Heilmethode. Die Biochemiker nehmen einen derartigen Einwand schon aus der Erwägung heraus nicht ernst, weil:

a.) wissenschaftliche Beweisführungen, mögen sie noch so „exakt“ sein, häufig genug durch spätere Erkenntnisse wieder umgeworfen werden; das lehrt uns die ganze Entwicklungsgeschichte der Naturwissenschaften;

b.) vor allem aber haben die Biochemiker gegenüber theoretisch-wissenschaftlichen Einwänden in die Waagschale zu werfen, dass viele Menschen durch die biochemische Heilmethode z. T. nach jahrelanger erfolgloser „allöopathischer“ Behandlung geheilt werden konnten. Und diesen Tatsachen allein, nicht etwa einer grosszügigen „Reklame“ oder umfangreichen literarischen Darstellungen usw. verdankt die biochemische Heilmethode ihre grosse Wertschätzung. Seit *Schüsslers* Tod sind mehr als 100 Jahre vergangen und heute zählen viele Millionen geheilter Menschen zu ihren treuen Anhängern. Und fürwahr: Die Anhängerschaft dieser Heilmethode wächst von Tag zu Tag. Demgegenüber ist es sowohl für die „Bewertung“ dieser Heilmethode, als auch vom Standpunkt der Volksgesundheit aus ganz gleichgültig, ob es heute schon gelingt, eine auch vom Gegner anerkannte, naturwissenschaftlich exakte Beweisführung vorzulegen.

Die nachstehenden Darstellungen sollen daher nur die Lehre *Dr. Schüsslers* an sich erläutern und durch Hinweise auf ähnliche, z. T. bereits erforschte Gedankengänge zu weiterer Forschung anregen.

Wenn wir nun im folgenden die Lehrsätze *Dr. Schüsslers* aufstellen, so ist diese Darstellung nicht etwa *Schüsslers* Schriften entnommen. Wir finden in allen seinen (übrigens sehr wenigen) literarischen Arbeiten nur Andeutungen; selbst sein Hauptwerk mit dem Titel „Eine abgekürzte Therapie“ stellt diese Lehrsätze nur schwer erkennbar heraus.

Und leider muss auch gesagt werden, dass *Dr. Schüssler* gerade dieses Hauptwerk in einer solch knappen und oftmals an „Telegrammstil“ erinnernden Form geschrieben hat, dass das Studium seiner Lehre selbst einem wissenschaftlich vorgebildeten Fachmann ausserordentlich erschwert ist. Ganz gewiss hat diese Tatsache die schnelle Verbreitung der biochemischen Heilweise stark behindert.

Wenn wir nun von dem Grundsatz *Moleschotts* ausgehen, dass nämlich für „Bau und Lebensfähigkeit der Organe“, also für das Gesundbleiben, die notwendigen Mengen der anorganischen Bestandteile (also der Mineralstoffe) verantwortlich sind, dann folgt daraus, dass beim Fehlen eines oder mehrerer dieser Mineralstoffe Krankheiten auftreten müssen. Und so entwickelte *Dr. Schüssler* als

## Erster Lehrsatz

**„Alle Krankheiten entstehen durch Mangel an bestimmten, lebensnotwendigen Mineralstoffen.“**

Es könnte mancher einen Einwand erheben: Wenn man im Herbst oder Winter infolge plötzlicher Abkühlung, Unterdrückung der Ausscheidungen oder durch Infektion eine „Erkältung“ bekommt, so könne das doch nichts mit einem „Mineralstoffmangel“ zu tun haben; eine solche einfache Erkältung könne doch jeder einmal bekommen. Auf diesen Einwand kann sofort mit einer anderweitigen Feststellung geantwortet werden:

Unter denselben Lebensbedingungen, die bei dem einen die Erkältung (oder die Grippe oder Influenza usw.) ausgelöst haben, haben doch viele Hunderte von Personen ebenfalls gestanden, ohne dass diese anderen von der „Krankheit“ befallen worden sind. Also müssen in dem Körper derjenigen Personen, die von der Krankheit befallen werden, besondere abweichende Verhältnisse vorliegen, so dass der Körper

dem Angriff der „Krankheit“ unterlegen ist. Die Biochemie erklärt diese eigenartigen Umstände mit der Tatsache, dass eben bei völliger Ausgeglichenheit des Mineralstoffhaushaltes die Krankheit keinen „Nährboden“ für ihre Entwicklung finden kann; derjenige, dessen Mineralstoffhaushalt in Ordnung ist, besitzt auf Grund der Widerstandskraft der eigenen Natur genügend Energien, um dem Ansturm der Krankheit erfolgreich zu begegnen. Die Gesamtsumme der Zellen, deren jede ja ein eigenes Lebewesen ist, besitzt – bei richtigem Mineralstoffgehalt – die Fähigkeit, der Krankheit Widerstand entgegenzusetzen.

Die Biochemiker stellen jedenfalls fest – und das ist wissenschaftlich bewiesen – dass es keine pathophysiologische Veränderung im Körper (also Krankheit) gibt, die nicht mit einer Verschiebung der Mineralstoffhaushalt innerhalb und ausserhalb der Zelle eintritt. Aus diesem ersten Lehrsatz entwickelte *Dr. Schüssler* nun ganz logisch den

## Zweiter Lehrsatz

**„Durch Zuführung der fehlenden Stoffe tritt die Heilung ein.“**

Heute sagen wir: „Durch Zuführung der geeigneten Mineralstoffe wird die Veränderung im Mineralhaushalt (der Zelle) ausgeglichen und damit tritt Heilung ein.“

Für *Dr. Schüssler* kam es nun darauf an, festzustellen, welche dieser zahlreichen Stoffe denn nun wirklich in sein System aufgenommen werden sollen. Denn es wäre schon zu *Schüsslers* Lebzeiten unmöglich gewesen, alle anorganischen Stoffe des menschlichen Körpers in ein Heilsystem einzubauen; erst recht wäre dies heute, nach der Entdeckung der sogenannten Spurenelemente unmöglich.

## Die Beschränkung auf 11 Salze

*Dr. Schüssler* hat nur **11** Salze in sein System aufgenommen. Und wenn wir hier das Dichterwort: „In der Beschränkung zeigt sich der Meister“ zitieren, so zwingt uns doch die seherische Begabung, mit der *Schüssler* seine **11** Mittel herausuchte, ebensoviel Bewunderung ab, wie die grossartige Rechtfertigung seiner Beschränkung, die in den staunenswerten Heilerfolgen einer Therapie mit nur **11** Mitteln zu erblicken ist.

Nur diese **11** Mittel hat *Dr. Schüssler* – auf Grund einer 25-jährigen Beobachtung am Krankenbett – in sein System aufgenommen. Ein **12.** Mittel, nämlich **Calcium-sulphuricum**, schwefelsauren Kalk, hatte er ursprünglich noch mit eingeschlossen, hat es aber später wieder ausgemerzt, weil es „nicht in die konstante Zusammensetzung des Blutes übergeht“. Statt *Calcium-sulphuricum* kommen nach *Schüssler* in Betracht *Silicea* und *Natrium-phosphoricum*. *Dr. Schüssler* sagt in seinem Hauptwerk „Eine Abgekürzte Therapie“ folgendes:

„Die biochemischen Mittel (d. h. seine **11** Mittel) genügen, nach richtiger Wahl angewendet, zur Heilung aller durch innerliche Mittel heilbaren Krankheiten.“  
„Die im Blute und in den Geweben vertretenen anorganischen Stoffe genügen zur Heilung aller Krankheiten, welche überhaupt heilbar sind.“

**Diese 11 Schüssler Mittel sind:**

1. Calcium-fluoratum
2. Calcium-phosphoricum
3. Ferrum-phosphoricum
4. Kalium-chloratum
5. Kalium-phosphoricum
6. Kalium-sulphuricum
7. Magnesium-phosphoricum
8. Natrium-muriaticum
9. Natrium-phosphoricum
10. Natrium-sulphuricum
11. Silicea

Schon zu *Schüsslers* Zeiten war bekannt, dass diese lebensnotwendigen Mineralsalze im menschlichen Blut und in der Zwischenzellenflüssigkeit nur in ganz kleinen Mengen vorhanden sind. In einem Kilo Blutzellen sind z. B. enthalten:

0,060 g phosphorsaures Magnesium  
0,094 g phosphorsaurer Kalk  
0,132 g schwefelsaures Kalium, usw.

Der gesamte menschliche Körper enthält z. B. insgesamt höchstens drei Gramm Eisen. Wenn nun an diesen geringen Mengen ein kleines, ja kleinstes Manko auftritt und dadurch schon eine Krankheit verursacht wird, so ist klar, dass zur Heilung der Krankheit nur solche allergeringsten Mengen der fehlenden Mineralstoffe zugeführt werden dürfen, dass gerade eben das geringe Manko wieder aufgefüllt wird. So erkennen wir als

### Dritter Lehrsatz

**„Die Zuführung der Mineralstoffe darf nur in allergeringsten Mengen erfolgen.“**

Und am allerwichtigsten, weil für den Heilerfolg ausschlaggebend, ist der

### Vierter Lehrsatz

**„Die Zuführung der fehlenden Stoffe muss in einer solchen Verdünnung erfolgen, dass der Übertritt des heilwirksamen Salzes unmittelbar durch die Schleimhäute der Mundhöhle, des Schlundes und der Speiseröhre direkt ins Blut erfolgt.“**

## Biochemie und Homöopathie

Homöopathie ist ein Heilverfahren, das versucht, durch die Anwendung des historisch schon alten Ähnlichkeitsgedankens einen therapeutischen Effekt zu erzielen. Das Arzneimittel, das zur homöopathischen Therapie eingesetzt wird, muss am gesunden Organismus ähnliche Erscheinungen hervorrufen, wie sie bei der zu behandelnden Krankheit beobachtet werden. (S. 19)

Diesen Arzneimittelversuch am Gesunden kennt man in der Biochemie nicht. Das Mineral als natürlicher Bestandteil der Zelle, kann beim gesunden Menschen aber Erscheinungen hervorrufen, wie sie die Homöopathie bei ihren Arzneimittelprüfungen im Arzneimittelbild erforscht hat.

*Schüssler* selber hat gesagt: „Einige Ärzte haben die Behauptung aufgestellt, die biochemischen Mittel müssten am Gesunden geprüft werden, und aus den mittels solcher Prüfungen gewonnenen Symptomen müssten die Indikationen sich ergeben. Das ist grundfalsch. Die Indikationen des biochemischen Mittels müssen aus der physiologischen und pathologischen Chemie hergeleitet respektive durch die Ergebnisse ihrer Anwendung gegen Krankheiten bestimmt werden.“

Daraus ist zu folgern: Das Denkmodell der Biochemie kann man geradezu als „Antithese der Homöopathie“ bezeichnen (*Broy*).

Die *Schüssler'sche* Biochemie ist eine eigenständige Heilweise, sie besitzt ein eigenes Lehrgebäude und eigene Vorstellungen. Nur dann wird sie eine lebendige Methode bleiben, wenn sie sich streng im Sinne *Dr. Schüsslers* weiterentwickelt. Die Ergebnisse wissenschaftlicher Forschung lassen sich für die Biochemie nutzbar machen. Bei seinen Forschungen ging *Schüssler* von den lebensnotwendigen Bestandteilen des menschlichen Körpers aus.

## Organische und anorganische Substanz

Diese kann man einteilen in die organischen und die anorganischen Bestandteile. Die organischen Bestandteile sind *Natrium, Calcium, Kalium, Eisen, Magnesium* gebunden zum Teil an *Chlor, Phosphorsäure, Schwefelsäure* und *Fluor*, dazu als einzelner Mineralstoff die *Kieselsäure*. Der menschliche Körper enthält selbstverständlich noch eine grosse Menge weiterer anorganischer Bestandteile, so z. B. *Jod, Mangan, Kupfer, Zink* und viele andere; die sogenannten Spurenelemente, die nur in allerkleinsten Mengen vorhanden sind, wurden erst in den letzten Jahrzehnten in wissenschaftlicher Kleinarbeit erforscht.

## Ernährungshinweise

(S. 325) Die **strenge Form** besteht vorwiegend aus vegetarischer Kost mit Einschluss der Rohkost. Eine streng vegetarische Kost (rein pflanzliche Nahrung) ist dann Rohkost, wenn sie ohne Hitzeeinwirkung zubereitet wird.

Rohkost soll reif, frisch und naturbelassen verzehrt werden. Diese Darreichungsform setzt voraus, dass die Nahrungsmittel nicht behandelt oder gespritzt sind und dass die Böden biologisch gedüngt und bearbeitet wurden. Unter diesen Voraussetzungen stehen zur Verfügung als Nahrungsmittel für diese Vorschrift:

*Beeren-, Kern-, Stein- und Hartschalenobst* (Mandeln, Nüsse), *kapselartige Früchte* (Bananen) und *Südfrüchte* (Ananas, Datteln, Feigen, Oliven und Zitrusfrüchte (letztere nicht im Übermass), *ferner Körnerfrüchte*, Fruchtgemüse (Gurke, Kürbis, Melone, grüner Paprika, Tomate, Wassermelone), *Wabenhonig* und eigene *Blatt-, Wild- und Wurzelgemüse* wie Radieschen, Rettiche und Karotten.

Mechanisch veränderte Lebensmittel einer Rohkost sind Frischsäfte, Salate aus Obst und Gemüse, Getreidemahlprodukte und kaltgeschlagene Öle, sowie Schleuder- und Presshonig. Zur fermentativ veränderten Rohkost zählen Rohbreie aus Getreidekörnern und Vollkornschrot, Zubereitungen aus gekeimten Körnerfrüchten und das Sauerkraut.

Für Rohkostsalate stehen uns zur Verfügung: Mangold, Spinat, Rosenkohl, Rot- und Weisskohl, Wirsing, Artischocken, Blumenkohlröschen, Gurken, Kürbis, Gemüsepaprika, Tomaten, Melonen, Wassermelone, Ackersalat, Kresse, Endivien, Feld- und Kopfsalat, Chicorée. Junge grüne Erbsen, Kohlrabi, Spargel, Rhabarber, Karotten, rote Rüben, Radieschen, Rettiche, Meerrettich, Selleriewurzel, Schwarzwurzel, Zwiebeln, Lauch und Pilze. An Wildgemüsen nehmen wir Löwenzahnblätter und Sauerampfer.

Aus dieser Aufstellung ergibt sich, dass auch eine Rohkost-Diät sehr abwechslungsreich und vor allem sehr schmackhaft sein kann.

Tierische Produkte sind in diesem Zusammenhang nicht erlaubt. Notwendig ist eine sinnvolle Anwendung von Gewürzen, die einmal den Wohlgeschmack erhöhen und zum anderen eine medizinische Wirkung ausüben!

Also: Majoran, Basilikum, Melisse, Pimpinelle, Dill und Kümmel! Paprika in den milden Sorten, Pfeffer mit Bedacht!

Diätsalz (*R-Salz*) und Honig sind erlaubt. Süßigkeiten sind in jeder Form verboten, auch die sogenannten „reformerischen“!

Der Fettbedarf des Körpers wird durch pflanzliche Fette gedeckt, die aus den Ölfrüchten stammen und in Form dieser oder in Form der Speiseöle und der Pflanzenmargarinen verwendet werden. Aber auch hier ist eine weise Beschränkung notwendig.

Als **leichtere Form** von Diät setzen wir die „lacto-vegetabile Kostform“ hier als zweite Stufe einer Diät ein. Wir verstehen darunter eine fleischnfreie Ernährung, die aber schon – und daher der Name – Milch und Milcherzeugnisse in den Plan einbaut.

Die lacto-vegetabile Kost lässt zu: Frisches Obst und Gemüse, das schonend gedämpft werden darf. Kartoffeln nach Möglichkeit als Pellkartoffeln. Dazu Vollkorn- und Vollkornschrotbrote, Weizenbrot, rohe und gekeimte Getreidekörner, Getreideflocken, Reis, Teigwaren, wenig ausgemahlene Mehle aus Getreiden und Hülsenfrüchten, vor allem Sojamehl. Weiterhin getrocknete Früchte, roher Rohrzucker, Milchzucker, ferner Milch und Milcherzeugnisse, wie Butter- und Sauermilch, Joghurt, Biojoghurt, Kefir, Sahne, Butter, Quark und sonstige Frischkäse, sowie milde, gereifte Käse, kalt geschlagene Öle. Auch hier ist sorgfältiges Würzen von besonderer Bedeutung!



Dr. Wilhelm Heinrich Schüssler (1821-1898)