

De Lichaamscel,

oorsprong voor gezondheid en ziekten

In de 19e eeuw deed de Berlijnse arts en wetenschapper Prof. Dr. Rudolf Virchow (1821-1902) een baanbrekende ontdekking: hij ontdekte dat ons gehele lichaam uit een veelvoud van kleine bouwstenen, de lichaamscellen, bestaat. Hier vinden belangrijke processen plaats bij veranderingen in het lichaam. Virchow ontdekte dat een correct functioneren van deze kleinste bouwstenen dé voorwaarde is voor een goede gezondheid. Als de cellen niet meer goed functioneren, dan leidt dit tot ziekte. Uit dit inzicht ontleende Virchow de volgende stelling: "De kern van de ziekte is de ziekelijke verandering van de cellen".

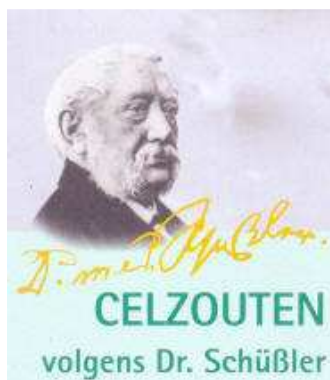
Dr Wilhelm Heinrich Schüßler en de biochemie

De Arts en Homeopaat Dr. Schüßler (1821-1998) uit Oldenburg, was zeer onder de indruk van de ontdekkingen van Virchow. Hij startte daarom een onderzoek naar wat de cellen gezond en functioneel houdt. Hij kwam hierbij tot de conclusie dat iedere lichaamscel bepaalde behoeften heeft aan zeer specifieke voedingsstoffen. Deze voedingsstoffen herkende men als mineraal-stoffen of 'levenszouten'. Indien deze sporen (noodzakelijke voedingsstoffen) verminderd worden of de inname ervan gestaakt wordt, heeft dat gevolgen voor de prestatie van de lichaamscellen. Dit leidt op den duur tot functiestoornissen welke voor een groot aantal ziektes verantwoordelijk kunnen zijn. Dr. Schüßler bewees dat bepaalde mineralen (mineraalzouten) voor de behoeften van de cellen bijzonder belangrijk zijn. Hij vond 12 van deze mineraalzouten en noemde ze vanwege het grote belang voor de celfunctie 'biochemische functie middelen'. De Biochemie heeft daarom als doel door het geven van juiste mineralen, het correct functioneren van de cel in stand te houden of weer te herstellen.

De Schüßler-zouten

De door Schüßler ontdekte 12 mineraalzouten hebben een celregulerende en opbouwende functie. Dr. Schüßler onderzocht vervolgens in welke vorm de cellen deze mineraalzouten het beste kunnen opnemen en verwerken. Hij ontdekte dat de lichaamscellen de aangeboden mineraalzouten het beste in de dosering van de celbehoeften kunnen worden opgenomen en aangeboden, dus in een bepaalde graad van verdunning. Deze verwijvingen (methode van verdunning) zorgt ervoor dat de werkzame stof door de slijmhuide van de mond wordt opgenomen en snel in de bloedsomloop naar alle cellen worden getransporteerd. Daar vervullen dan de celzouten of Schüßler zouten hun werking:

- Ze verzorgen de bouwstoffen van de cellen
- Ze geven impulsen en helpen de cellen
- Ze zorgen dat noodzakelijke voedingsstoffen beter worden opgenomen en gebruikt
- Ze zorgen er als katalysator voor dat de cellen goed en doelgericht werken



Wat gebeurt er bij een gebrek aan mineraalzout(en)?

Hoe kunnen we een gebrek aan mineraalzouten vaststellen?

Ieder tekort kan tot een foutreactie in het lichaam leiden. Een goede spiegel voor de mineraalzoutstatus is de aanblik van de toestand van de gezichtshuid. Hier kan een deskundige de mineraalzouttekorten aan de hand van veranderingen in de opperhuid naartint, tonus, kleurverschillen, rimpeltekeningen en nog andere kenmerken herkennen. Naast de vaststelling van mineraaltekorten door gezichtsanalyse zijn er nog diverse andere diagnostische mogelijkheden.

Glutenvrij

Sommige fabrikanten van celzouten gebruiken tarwezetmeel, anderen gebruiken speciaal voor glutenovergevoelige gebruikers aardappelzetmeel, zoals bijvoorbeeld de firma Pflüger.

Let u bij het kopen op dit wezenlijke onderscheid, want zelfs een kleine hoeveelheid gluten bevattend product kan bij overgevoeligheid tot reacties in het maag darmkanaal leiden.

Inname en dosering

De inname van de Schüßler zouten dekt de natuurlijke behoefte aan mineraalzouten en ondersteunt de opname van deze stoffen uit voeding. Op deze manier zijn deze Schüßler celzouten geschikt voor zelfmedicatie. Bij ernstige acute en chronische ziekten adviseren wij u contact te zoeken met uw (huis)arts. De Schüßler zouten kunnen over het algemeen goed worden gecombineerd met reguliere medicatie.

Inname

De tabletten werken het meest optimaal als ze langzaam in de mond smelten en door het mondslijmvlies worden opgenomen. Daarna kunt u ze doorslikken. Ook kunt u een mix van tabletten oplossen in een flesje water (bijvoorbeeld halve liter) en verdeeld over de dag slokjes hiervan nemen (gedurende 1 min. in de mond houden en daarna doorslikken). Bij voorkeur niet in combinatie met voedsel, dus bijvoorbeeld een kwartier voor de maaltijd.

De 'Hete' 7

Nr 7 Magnesium phosphoricum kan soms in acute omstandigheden worden gebruikt, bijvoorbeeld bij acute pijn en kramp. Wij adviseren u dan 10 tabletten in een glas water te doen, waardoor het sneller oplost. Deze oplossing in kleine slokjes opdrinken.

Dosering

Kinderdosering

Kinderen onder de 12 jaar:

Bij acute klachten 1 tablet per 1-2 uur.

Bij chronische toepassing of nabehandeling:

3-4 tabletten per dag.

Volwassen dosering

In acute gevallen iedere 10 min. 1 tablet

Bij chronische toepassing of nabehandeling

3-6 x daags 1-2 tabletten

De 12 celzouten op een rijtje



1 • Calcium fluoratum

Zout voor de huid, pezen en botten

Komt voor in: Huid, botten, tandbeen en bindweefsel

Functie: Ondersteunt en geeft stevigheid aan bindweefsel, skelet en tanden

2 • Calcium phosphoricum

Zout voor het bloed en botten

Komt voor in: Voornamelijk het bloed en de botten; is het meest voorkomende zout in het lichaam

Functie: Nieuwe cel- en bloedvorming

3 • Ferrum phosphoricum

Zout voor het immuunsysteem en spieren

Komt voor in: Het bloed en de spieren

Functie: Zuurstofoverdracht, versterking van de afweer, bloedfunctie

4 • Kalium chloratum

Zout voor de slijmvliezen, uitscheiding en ontgiftiging

Komt voor in: Bijna alle lichaamscellen

Functie: Activering van de stofwisseling, ondersteunt de uitscheiding via de slijmvliezen

5 • Kalium phosphoricum

Zout voor de zenuwen en organen

Komt voor in: Hersen, zenuw-, spier- en bloedcellen en in het serum (bloed en weefselvloeistof)

Functie: Versterkt de functies van het zenuwstelsel, de hersenactiviteit en de overige organen

6 • Kalium sulfuricum

Zout voor de ontgiftiging en nieuwe celvorming

Komt voor in: Opperhuid en slijmvliezen, bloedplaatjes en spieren

Functie: Bevordert het zuurstoftransport in de cellen, verbetert de celstofwisseling en bevordert de nieuwe celvorming, ondersteunt de lever bij ontgiftingsreacties

7 • Magnesium phosphoricum

Zout voor de zenuwen en spieren

Komt voor in: Zenuw- en hersencellen, in bloed, spieren en botten

Functie: Versterkt het vegetatieve zenuwstelsel, ontkrampst de spieren en dempt de pijnprikkels

8 • Natrium chloratum

Zout voor het vochttransport en zenuwen

Komt voor in: Alle lichaamsvloeistoffen en weefsels

Functie: Reguleert de vloeistofhuishouding, stimuleert de celvermeerdering en harmoniseert het vegetatieve zenuwstelsel

9 • Natrium phosphoricum

Zout voor het zuur-base evenwicht en de vertering

Komt voor in: Rode bloedlichaampjes, weefselvocht, in spier-, zenuw- en hersencellen

Functie: Afvoer van overtollige zuren, stimuleert de vertering

10 • Natrium sulfuricum

Zout voor de uitscheiding van water en 'slakken'

Komt voor in: Weefselvloeistof

Functie: Uitscheiding van overtollig weefselvocht, ondersteuning van verterings- en uitscheidingsorganen

11 • Silicea

Zout voor het bindweefsel, botten en zenuwen

Komt voor in: Cellen van het bindweefsel, spieren, opperhuid, slijmvliezen, in nagels en haren

Functie: Ondersteunt en versterkt het bindweefsel, huid, nagels en haren. Bevordert de functie van de zenuwvezels en hun geleiding.

12 • Calcium sulfuricum

Zout voor de lymfe en immuunsysteem

Komt voor in: Lever, gal, spieren en botten

Functie: Ondersteunt het immuunsysteem, activeert de lymfe, reguleert hormoon- en enzymvorming, stimuleert helingsprocessen

Het werkgebied van de Mineraalzouten

Een handig overzicht van het werkgebied van de mineraalzouten is een onderverdeling in: Bloedzouten, Botzouten, Spierzouten, Peeszouten, Huidzouten, Klierzouten, Zenuwzouten

BLOEDZOUTEN

Bloedvorming:

Nr 2 Calcium phosphoricum: Stimuleert de eiwitvorming

Nr 8 Natrium chloratum: Reguleert de vochthuishouding

Bloedverzorging:

Nr 3 Ferrum phosphoricum: Stimuleert de zuurstofbinding

Nr 4 Kalium chloratum: Stimuleert de bloeddorstrooming

Nr 5 Kalium phosphoricum: Remt de celafbraak

Nr 9 Natrium phosphoricum: Stimuleert de ontzuring

Nr 10 Natrium sulfuricum: Ondersteunt de afbraak van verouderde cellen

BOTZOUTEN

Nr 1 Calcium fluoratum: Vormt tandbeen, bot, haar en nagels

Nr 2 Calcium phosphoricum: Vormt botcellen en tandbeen

Nr 7 Magnesium phosphoricum: Voor de zenuwen in het bot

Nr 8 Natrium chloratum: Ondersteunt de vorming van smeervloeistof in het kraakbeen en pezen

Nr 11 Silicea: Versterkt het bindweefsel

SPIERZOUTEN

Nr 2 Calcium phosphoricum: Reguleert het ritme van de hartspieren en de signaaloverdracht van de spieren

Nr 3 Ferrum phosphoricum: Verbeter het zuurstofgebruik in de spier en vermindert de verzuring van spieren

Nr 4 Kalium chloratum: Bevordert de spierkracht

Nr 6 Kalium sulfuricum: Stimuleert de opbouw van spieren

Nr 7 Magnesium phosphoricum: Is een belangrijk zout voor het autonome zenuwstelsel en voor de spieren van de bloedvaten, maag, darm, galblaas en de bronchiën

PEESZOUTEN

Nr 1 Calcium fluoratum: Werkt versterkend op de elasticiteit van de vezels en peesbanden

Nr 11 Silicea: Is een belangrijk zout voor de vorming van bindweefsel

HUIDZOUTEN

Nr 1 Calcium fluoratum: Houdt de huid elastisch en stimuleert de nagelvorming

Nr 6 Kalium sulfuricum: Stimuleert de vorming van nieuwe huidcellen

Nr 8 Natrium chloratum: Reguleert de vochtigheid van de huid

Nr 11 Silicea: Stimuleert de haargroei

KLIERZOUTEN

Nr 1 Calcium fluoratum: Houdt het klierweefsel elastisch

Nr 7 Magnesium phosphoricum: Is een belangrijk zout voor de klierfunctie

ZENUWZOUTEN

Nr 2 Calcium phosphoricum: Is noodzakelijk voor de zenuwgeleiding

Nr 5 Kalium phosphoricum: Versterkt de zenuwkracht en de geheugenfunctie

Nr 7 Magnesium phosphoricum: Ondersteunt het autonome zenuwstelsel

Belangrijke combinaties voor de dagelijkse praktijk

Toepassing	Nummers van de celzouten	Aanwijzingen voor uitwendig / overig
Allergie	2 - 8	
Arthrose	1 - 2 - 8 - 9	
Been - gezwollen	8 - 10	
Concentratieproblemen	3 - 6 - 5 - 8	
Blaas - geprikkeld	7 - 8 - 9 - 11	
Blaas - ontstoken	3 - 8	
Blauwe plekken	9 - 11 - 12	
Diaree	3 - 8 - 10	
Energie tekort	2 - 5 - 7	
Gewrichtspijn	3 - 8	
Griep	3 - 10	
Groeipijnen	2	
Haar - droog	8	
Haar - roos	1 - 8	
Haar - splijtend	9 - 11	
Haar - vet	9	
Haaruitval	3 - 9 - 11	
Huid - acne	4 - 7 - 9 - 11	
Huid - couperose	4	
Huid - droog	8 (vetarm: nr 9)	
Huid - jeuk	6 - 7 - 8 - 10	
Huid - grove poriën	8	
Huid - ruw, kloven	1	
Huid - vet, vetarm	9	
Honger (diffuus, permanent)	5 - 9	
Hoesten - kriebel	2 - 7 - 8	
Hoesten	3 - 4	
Hoofdpijn	3 - 7	
IJzertekort	3	
Inentingen (ter begeleiding)	2 - 3 - 4	
Keelpijn	3 - 9	
Koorts	3	boven 38,5°C nr 5 gebruiken
Loopneus	8	
Maagzuur	8 - 9	
Menstratieproblemen	7	kompres
Mondgeur	5	
Nagels - inscheurend	1	
Nagels - inlagen	9 - 11	
loslatend		
Nervositeit, innerlijke onrust	2 - 7	

Ogen - droog	8	kompresen (4 - 8)
Oorpijn	3	
Pijn - acuut kloppend	3	
Pijn - acuut stekend	7	"hete zeven"
Pigmentvlekken	6 - 10	
Pigment (onvoldoende)	6 - 10	
Reuma / Jicht	8 - 9 - 11 - 12	
Schorheid	3 - 5 - 7	
Slaapproblemen	2 - 7	"hete zeven"
Slijm - vastzittend	4 - 8 - 12	
Spataders	1 - 4 - 9 - 11	
Spierkrampen	2 - 5 - 7	
Stress	5 - 7	
Uitputting	3 - 5 - 8	
Vaginaal mycose	4 - 5 - 6 - 8 - 10	steeds 1 tabl. inbrengen: 4 - 6 - 8
Verkrampingen	2 - 7	
Verstopping	3 - 7 - 10	"hete zeven"
Voetschimmel	1 - 5 - 6 - 10	voetbad 1 - 5 - 6
Voorhoofdholte ontstekingen	3 - 8 - 10	
Weerstand verhogen	3	
Winderigheid	7	warme kompres Nr 7
Wratten	4 - 10	
Zwakte	2 - 3 - 5 - 8	
Zonne-allergie	3 - 10	

Aanwijzingen voor het gebruik van celzouten:

De vet gedrukte nummers zijn de belangrijkste celzouten en kunnen ook afzonderlijk worden ingezet. De dosering is leeftijdonafhankelijk (ook bij kinderen). Bij twijfel beginnen met een derde van de aangegeven hoeveelheid en in een 3-dagen-ritme verhogen.

Algemene aanbevelingen voor dosering van de basis celzouten (nrs 1 - 12):

- Preventie: 3-5 tabletten per dag
- Situaties met bijzondere belastingen: ten minste 12 tabletten per dag
- Acute storingen: iedere 5 minuten een tablet in de mond laten vergaan tot klachten afnemen
- Chronische klachten: langdurige inname van 7-10 tabletten per dag
- "hete zeven" = 10 tabletten oplossen in heet water en sloksgewijs opdrinken

Inname:

Maximaal 3 tabletten in een lege mond laten vergaan. Er zijn geen beperkingen door koffie of tandpasta-gebruik.

Indien men de tabletten in water oplost, het water sloksgewijs opdrinken en steeds een moment in de mond houden.

Bron: European Institute for Biochemistry of Dr Schüßler - Lysbeth Mulder-Rouhof