



# *Drie Veren*

*Bredabaan 734, 2170 Merksem*

*Zeedijk 48 app 6.2, 8370 Blankenberge*

*tel. +32.475.904.762 of [info@drieveren.be](mailto:info@drieveren.be)*

[www.drieveren.be](http://www.drieveren.be)

## *Dr. Schüssler Celzouten*



*Remedies voor Zelfgenezing*

## **Celzout nr.1 Calcium Fluoratum**

Optredend tekort maakt U gevoelig voor klachten die voortkomen uit een gebrek aan lichamelijke en mentale flexibiliteit.

### **Eigenschappen lichamenlijk:**

- Opbouwend zout, dat verbindende weefsels helpt vormen, die het lichaam in staat stellen, voortdurend een zekere SPIERSPANNING/ SOEPELHEID te behouden.
- Beschermst het lichaam tegen overbelasting door elektro-smog, 'straling' en stress.

### **Eigenschappen mentaal:**

- Zorg om de toekomst t.a.v. zichzelf of van anderen.
- Angst hun glans, jeugd, geld, sociale plaats te verliezen.
- Zout, dat op mentaalniveau soepel houdt, stelt in staat veranderingen, eisen, kritiek, onzekerheden te verwerken. - Essentieel voor mentale flexibiliteit.
- Het op eigen wijze kunnen bereiken van een gesteld doel.
- Materiële zekerheid / onzekerheid voor de toekomst. Voorkomt star denken.
- Geeft de souplesse, met volle inzet, incasseringsvermogen en plezier te kunnen samenwerken.

### **Tekort kan lichamenlijk aanleiding geven tot:**

- Vermoeidheid door te sterke atmosferische beïnvloeding.
- Verzwakking van steunweefsels en verharding van klierweefsel.

Verslapping van:

- Wanden van het vaatstelsel - Keelklachten - Gewrichtsbanden
- Spieren / Buikspieren - Kniezwakte - Wandelende organen
- Chronische rugpijn - Botontkalking - Huid (rimpels)

Verharding geeft aanleiding tot:

- Spataderen / Aambeien - Fistels - Gebitszwakte
- Grijze staar/Oorsuizen - Verkalking middenoor - Hardhorendheid
- Onvruchtbaarheid - Jichtknobbels - Aderverkalking
- Pijnlijke heupgewrichten - Hoge bloeddruk - Kraken gewrichten
- Schilferende huid - Schubbig eczeem - Eelt / Kloven / Wratten
- Verharding klieren - Struma/Schildklierproblemen - Voetbalknie
- Verharding gewrichtskapsels - Nekverharding / -verstijving - hoofdpijn

Algemeen:

- Snel gevoeligheid lichaamsdelen waar men op ligt
- Opzetting lymfeklieren
- Eczeem / Artrose, Chr. bijholte ontsteking, Ontstoken huid
- Veel lucht in darmen, Moeder -of levervlekken, Relatie Schildkliermeridiaan
- Angst voor financiële onzekerheid, Zwart-wit denken en voelen
- Slecht tegen kritiek kunnen, Depressiviteit, Labiliteit
- Geheugenzwakte / Dementie, Concentratiezwakte
- Evenwichtstoornissen
- Slecht tegen onzekerheden kunnen
- Voelt zich ondanks goede wil, onbegrepen, omgeving vraagt / eist teveel
- Gewrichtsklachten en spierklachten uiteten zich veelal in rustperiode na inspanning
- Bij onduidelijke doelen snel gedeprimeerd en labiel
- Het slecht kunnen tegen kritiek of opmerkingen
- Zwakte en vermoeidheid de gehele dag, speciaal in de ochtend (ochtend stijfheid)

## Celzout nr. 2 Calcium Phosphoricum

Optredend tekort maakt U gevoelig voor klachten die voortkomen uit te grote belasting.

### Eigenschappen lichamenlijk:

- Het activeert het celmetabolisme en de celactiviteit, de spijsvertering en de eetlust.
- Het versterkt de afweer en is onmisbaar voor herstel van weefsels.
- Het is een essentieel zout voor de goede opname van voedingsstoffen uit uw voedsel.
- Essentieel voor de in standhouding van de mineraalhuishouding. Neutraliseert verzuring.
- Neutraliseert de verzurende gevolgen van elektro-smog en GSM- en zenderstraling.

### Eigenschappen mentaal:

- Angst door anderen dom of onbekwaam gevonden te worden.
- Zout, dat op mentaal niveau U in staat stelt tot prestaties.
- Onzekerheid en onrust t.a.v. wat men kan en niet aan kan. Overbelasting.
- Het is essentieel bij het doen van mentale/lichamelijke inspanningen.
- Stelt iemand in staat teleurstellingen, opgelopen ondanks 100% inzet, te verwerken.

### Tekort kan lichamenlijk aanleiding geven tot:

- Vermoeidheidsklachten na/ door inspanning door tekort herstellend vermogen.
- Gebrek aan energie. - Vergrote tonsillen - Amandelontsteking
- Hoofdpijn - Zwakte - Middenoor ontsteking - Diarree - Zwaarlijvigheid
- Keelklachten, In -en doorslaapklachten - ('s Nachts) zweten
- Nachtelijke onrust - Kinderen 'snachts huilen - Botontkalking
- Neuralgie / zenuwirritatie - Chronisch eczeem - Astma - Jicht (met knobbels)
- Brandend maagzuur - Zure oprispingen - Maagproblemen
- Pukkels in gezicht - Aangezichtspijn - Spierklachten (fybromyalgie)
- Menstruatiezwakke - IJskoude voeten - Pijnlijke schouders
- Herpes / zewuwwirusactiviteit - Ischias - Hernia - Lumbago - Kniebezwaren
- 'Slapende' lichaamsdelen - Doofgevoel en kriebel. - Allergiegevoelig
- Heesheid/ Veel kuchen - VIRUS-ACTIVITEIT - Droge huid
- Trillende ledematen - Bloedarmoede - Huidjeuk bij warmte
- Reumatische jicht - Weergevoelige reumatiek - Krampachtige verstijving
- Vetzucht / Vermagering - Krampen - Koud neuspuntje
- Slijmafscheidingen - Vaginale jeuk - Ouderdomsklachten
- Koude ledematen - Heupklachten - Overmatig zweten
- Gemis aan vitale warmte verergert door vocht - Suikerintolerantie
- 'Dooie' vingers/tenen - K.N.O. problemen - Huidpukkels
- Puistjes vormen zweertjes - VROUWENKLACHTEN - Relatie Galmeridiaan

### Tekort kan mentaal aanleiding geven tot:

- Mentale weerstandsvermindering, snel teleurgesteld.
- Wel veel willen maar niet kunnen, kan aanleiding zijn tot een zekere 'levensmoeheid'.

### Tekort kan een verstoord welbevinden geven in de vorm van:

- Tekort geeft gevoel niet aan de door de 'maatschappij' gestelde eisen te kunnen voldoen.
- Ontevreden over eigen functioneren. Gevoel dat teleurstelling domineert.
- Eigen of beperkingen door omstandigheden wegen zwaarder dan de mogelijkheden.
- Gebrek aan energie, lusteloosheid en vermoeidheid door gevoel van overbelasting.

## **Celzout nr. 3 Ferrum Phosphoricum**

Optredend tekort maakt U gevoelig voor klachten die voortkomen uit verzwakking van uw afweersysteem op celniveau.

### **Eigenschappen lichamenlijk:**

- Geeft het lichaam afweer op celniveau tegen infecties, lichaamsvreemde stoffen.
- Belangrijk voor het zuurstoftransport door het bloed.

### **Eigenschappen mentaal:**

- Inspanning om te kunnen ontwikkelen c.q. 'leren', of om vrienden te behouden.
- Belangrijk voor het zelfvertrouwen aan te kunnen wat er op U afkomt.
- Zorg, daadkracht en ondernemerszin.
- Voldoende van dit zout in het systeem geeft U zelfvertrouwen.
- Geeft daadkracht en ondernemingszin na een herstelperiode.

### **Tekort kan lichamenlijk aanleiding geven tot:**

- Vermoeidheid door uitgeputte afweer op celniveau waardoor secundaire afweer overactief, gevolg verzwakking, ...
- Zwakte van de vaatwanden - Ontstekingen - Acute infecties
- Intoleranties / Allergieën - Kriebelhoest - Bloedarmoede
- Doorbloedingsstoornissen - Snel blauwe plekken - Spataderen
- Verzwakte spieren - Verzwakking van organen - Oorgeluiden
- Kloppende pijnen - Duizeligheid / Licht in hoofd - Oorontsteking
- Lage weerstand - Hoofdpijn - Overgangsklachten
- Vochtophopping > circulatiezwakte - Bloeddruk ontregeling - Opvliegers
- Winterhanden / -voeten - Koude handen / voeten - Bloedstuwning hoofd
- Onrustige benen - Diarree - Hooikoorts acuut
- Aften - Overgangsklachten - Stijve nek
- Aantasting heupgewricht - Pijn rug, lendenen, knie, enkels - Huidbranden
- Steken boven oog - Gewrichtsontsteking - Nachtelijke onrust
- Schouderpijn / Hernia - Weersgevoelige reumatische kl.- Frequent urineren
- Blauwe wallen onder de ogen - Zonovergevoeligheid - 's Middags slaperig
- Suikerproblemen met hitte en opvliegers / Zweten - Neusbloedingen
- Chr. temperatuursverhoging - Gevoel griep die niet overgaat - Relatie Niermeridiaan

### **Tekort kan mentaal aanleiding geven tot:**

- Onbestemd gevoel zich voortdurend te moeten verdedigen - zorgen maken
- Tobben en gebrek aan 'zin'. Zwaarmoedigheid
- Zich voortdurend of regelmatig 'mentaal belaagd voelen'

### **Tekort kan een verstoord welbevinden geven in de vorm van:**

- Snel gekweld door kleinigheden, gevoel zich voortdurend te moeten verdedigen
- Gevoel ondernemingszin en daadkracht te missen, de draad weer oppakken vaak moeilijk
- Gejaagdheid (onrust) vroeg of laat gevolgt door vermoeidheid, door gebrek aan ondernemingszin en daadkracht

## **Celzout nr. 4 Kalium Chloride / Muriaticum**

Optredend tekort maakt U gevoelig voor klachten die voortkomen uit draderigheid, door gebrek aan celstofwisselingsactiviteit.

### **Eigenschappen lichamenlijk:**

- Houdt het bloed goed stromend, voorkomt stolling. Haalt gif- en chemische stoffen uit bloed.
- Voorkomt verkleving van vliezen, de oorzaak van chronische ontstekingen.
- Voert chemische verbindingen, ontstaan door elektro-magnetische smog, zenderstraling af.

### **Eigenschappen mentaal:**

- Essentie: Te sterk plichtsgevoel.
- Belangrijk voor de soepelheid van de geest.
- Zorgt ervoor dat we ervaringen of gedachten los kunnen laten.
- Denken, gedachten relativiseren.
- Essentieel zout voor de aanmaak en onderhoud van hersencellen.
- Stelt in staat een brede belangstelling te behouden voor alles en iedereen.

### **Tekort kan lichamenlijk aanleiding geven tot:**

- Vermoeidheid en lusteloosheid door vertraagde werking van de lever en de milt.
- Verzuring bloed en verdikking bloed en lichaamsvloeistoffen.
- Verkleving van vliezen - Reumatische pijnen - Darmproblemen
- Hoofdpijn - Klierachtige gezwellen - Verzwering / Emboliën
- Huidproblemen - Hooikoorts / bloedneus - Huiduitslag en jeuk
- Immuunzwakte - Maag- / buikklachten - Astmatische bronchitis
- Ontstoken oogleden, oren - Ontstoken keel, longen - Ontstoken gewrichten
- Bronchiale astma / hoesten - Cholesterolproblemen - Gevoel van zand in ogen
- Kortademig door slijm - Opgeblazen gezicht - Oorproblemen algemeen
- Vertraagde werking lever - Geelzucht - Huidaandoeningen / wratten
- Glutenintolerantie - Verlies van eetlust - Emboliegevoeligheid
- Aderontstekingen - Peesschedeontsteking - Rusteloze slaap
- Slaapzucht - Eczeem - Slijmbeursontsteking - Epilepsie
- Verkalking klierweefsel - Vaatvernauwing / -verkalking - Chronische ontstekingen
- Spierreuma - Oedeem - Verzuring van spieren - Chronische zwelling benen en voeten
- Pijnlijk heupgewrichten - Winterhanden / -voeten - Anusjeuk - Aambeien
- Hart- en vaatziekten - Lymfeklierklachten - Relatie Miltmeridiaan

### **Tekort kan mentaal aanleiding geven tot:**

- Kan denken slecht stil zetten. Angst voor tegenslag. Prikkelbaar over kleinigheden.
- Malen van gedachten / doorjagen / slecht kunnen kiezen.

### **Tekort kan een verstoord welbevinden geven in de vorm van:**

- Gevoeligheid voor indrukken, angst voor tegenslag.
- Gevoel gedachten niet stil te kunnen zetten, waardoor onverschilligheid voor afleiding.
- Vermoeidheid, slecht reageren op veranderende omstandigheden, lusteloosheid, pijnlijke spieren.

### **Mogelijk gezichtskenmerk bij tekort:**

Koude witheid, blauw- / roodachtige melkwitheid vanuit onderste oogleden > oren, wangen, gezicht. Albast, witte vloed, gezwollen klieren. Het wit kleurt niet in de zon. Aangezichtspijn door zwellen gezicht of tandvlees.

## **Celzout nr. 5 Kalium Phosphoricum**

Optredend tekort maakt U gevoelig voor klachten die voortkomen uit uitputting van het zenuw- en spierstelsel.

### **Eigenschappen lichamenlijk:**

- Zuurstofdrager voor de hersencellen. Belangrijk voor de opbouw van Lecithine.
- Het grote zout voor de functionering van de zenuwen, het lumbaalvocht en de hersenen.
- Element in het behoud van het zuur-base evenwicht in de spieren.
- Geeft het lichaam (vooral de hersenen en de zenuwen) herstelvermogen t.a.v. de negatieve effecten van straling.
- Belangrijk energiegevend middel.

### **Eigenschappen mentaal:**

- Plichtsgevoel om contacten te onderhouden en te blijven leren.
- Geeft kracht en het vermogen onder druk te werken.
- Verantwoordelijk voelen / zijn / aankunnen.
- Stelt in staat op tijd rust te kunnen nemen en niet altijd maar door te jagen tot uitputting het gevolg is.

### **Tekort kan lichamenlijk aanleiding geven tot:**

- Vermoeidheid, spierzwakte en mentale uitputting door uitputting zenuw- en spierstelsel.
- Chr. vermoeidheid - Lamendig gevoel - Hyperactiviteit
- Rusteloosheid - Slechte spijsvertering - Ontstekingen
- Migraine / Hoofdpijn - Zenuwpijnen - Impotentie / onvruchtbaarheid
- Huidaandoeningen - Diarree - Verstopping
- Uitblijven menstruatie - Spierzwakte / trekken - Spierpijnen / -stijfheid
- Duizeligheid - Stressgevoeligheid - Oorontsteking
- Celebrale anemie - Jeukende huid / Gordelroos - 's Nachts zweten
- Brandende voeten - (Chr.) catarre luchtwegen - Lumbago / stijfheid
- Ischias - Pijn lendenen tot knie - Tandsteen / -aanslag
- Bloedend tandvlees - Verzwakte weerstand huidbarriere / slijmvliezen
- Astma door voedsel - Stemverlies - Hooikoorts
- Wintertenen - Stijfheid na rust - Eczeem / Zweten
- Jeuk / Puisten - Verlies hoofdhaar - Relatie Dunne darmmeridiaan

### **Tekort kan mentaal aanleiding geven tot:**

- Vermoeidheid - Uitputtingsgevoelens - Stressgevoeligheid
- Concentratieverlies - Depressieve gevoelens - Angstgevoelens
- Grote slaapbehoefte - Vergeetachtigheid - Leerproblemen
- Slapeloosheid - Nerveuse storingen - Behoefte aan rust

### **Tekort kan een verstoord welbevinden geven in de vorm van:**

- Gevoel dat er teveel gevraagd wordt, dat men eigen grenzen moet overschreiden om aan de verwachtingen te kunnen voldoen.
- Behoefte zich terug te trekken op zichzelf.
- Negatieve gedachten en/of ergernissen die men moeilijk naast zich neer kan leggen en die bij het rationeel wegdeneren zeer veel energie kosten.
- Uitputtingsgevoelens, gevoel dat het allemaal teveel is wat er geëist wordt.

### **Mogelijk gezichtskenmerk bij tekort:**

Asgrauw. Ingevallen slapen. Holle ogen.  
Rood, warm, brandend gezicht / oren.(als zonnebrand), bij tijden bleek en geel. Bruine tandaanslag.

## **Celzout nr. 6 Kalium Sulfuricum**

Optredend tekort maakt U gevoelig voor klachten die voortkomen uit een verzwakte afweer door weerstandsvermindering t.g.v. overbelasting.

### **Eigenschappen lichamenlijk:**

- Belangrijk voor de regeneratie van weefsels en de slijmvliezen. Oplossen zuurslakken.
- Zuurstofdrager vanuit het bloed in de cellen.
- Belangrijk middel voor het soepel houden van alle bewegende delen.
- Oxydatie (zuurstof opname door cellen) regulerend.

### **Eigenschappen mentaal:**

- Essentie: Vinden het hun taak anderen te helpen. Irritatie als anderen dat niet doen.
- Belangrijk voor het verwerkingsvermogen van mentale belasting.
- Beheersing, overzicht, orde anders gehaast geen geduld.
- Maakt mentaal sterk en weerbaar.
- Stelt in staat weer gezond te herstellen na een periode van overbelasting.

### **Tekort kan lichamenlijk aanleiding geven tot:**

- Verzwakking van de afweer t.g.v. te weinig zuurstof in cellen, met als gevolg MOEHEID en weerstandvermindering.
- Kan niet volledig herstellen van welke vorm ( virus, parasiet, ontsteking, enz.) belaging.
- Te droge darmwand > gevoelig voor prikkels uit voedsel. Droge gewrichten - irritatie
- Neuralgische of reumatische pijnen in rug, nek en/of ledematen waardoor pijnlijke stijfheid.
- Ontstekingen - Huidaandoeningen / vitiligo - Chronische ontstoken slijmvliezen
- Intoleranties - Allergieën - Darmproblemen / -kramp
- Opgeblazen buik - Maagflauwte - Gevoelig voor voedselbederf
- Droge gewrichten - Bronchitis - Schilferige, droge huid
- Aangezichtspijn - Oogontstekingen - Bindweefselontstekingen
- Gewrichtsontsteking - Middenoorontsteking - Menstruatieklachten
- Rug / nekpijn - Rug- / nekstijfheid - Gemaskeerde anemie
- Duizeligheid - Licht in hoofd - Huidaandoeningen / Jeuk
- Blaasproblemen - Druppelen - Reumatische spierpijnen
- Hoofdpijn - Hoofdroos - Kortademigheid
- Haaruitval / plekken - Ziekten K.N.O. - Relatie Levermeridiaan

### **Tekort kan mentaal aanleiding geven tot:**

- Kan niet tot rust komen door gevoel nog zoveel te moeten, waardoor onrust in avond en nacht, waardoor rusteloze slaap, wordt vaak en vroeg wakker. Levendige dromen.
- Tekort maakt steeds gevoeliger voor externe prikkels.
- Hoe groter het tekort des te belangrijker wordt het vasthouden aan gewoontes.

### **Tekort kan een verstoord welbevinden geven in de vorm van:**

- Hoe meer het zout is uitgeput hoe meer behoefte aan planmatig werken, en angst de dingen niet op tijd af te krijgen.
- GEJAAGD.
- Heeft veel frisse lucht nodig. Warmte geeft klachten.
- Gevoel teveel hooi op de vork te hebben genomen door druk vanuit omgeving.
- Gevoel het leven niet meer onder controle te hebben door veranderingen/onzekerheden.
- Vermoeidheid, gevoel als een griep die niet over gaat.

### **Mogelijk gezichtskenmerk bij tekort:**

Bruingele kleuring beginnend bij mondhoeken, kin, neus, bovenste ooglid, gezicht. Verwongen gelaatstrekken. Bleek / Rood gezicht.



## Celzout nr. 7 Magnesium Phosphoricum

Optredend tekort maakt U gevoelig voor klachten die voortkomen uit ontregeling van de stofwisseling van zenuwen, lymfe en spieren door overbelasting.

### Eigenschappen lichamenlijk:

- Bevordert de stofwisseling van het zenuwstelsel, hersenen en de spieren.
- Neutraliseert de overbelastende gevolgen van elektro-smog, GSM- en zenderstraling, stress op het zenuwstelsel.
- Reinigt het lymfesysteem, zorgt voor voedselopname in de hersenen.
- Geeft het lichaam kracht door het kunnen ontspannen. Draagt zorg voor de calciumopname.

### Eigenschappen mentaal:

- Essentie: Angst contacten te verliezen (geïsoleerd te raken) door kwaad worden (ruzie).
- Neutraliseert de effecten van opwindning, spanning, stress, elektro-smog, ...
- Waardering/onderwaardering identiteit. Tekort geeft frustratie gevoel.
- Voorkomt desoriëntatie, machteloosheid (blozen).
- Stelt in staat, NIET door verkramping, in een zeker isolement te geraken.

### Tekort kan lichamenlijk aanleiding geven tot:

- Vermoeidheid en lusteloosheid door aandoeningen aan de zenuwen en de zenuwgeleiding.
- Krampen, koliekvormen, ongewenste samentrekkingen, jeuk, spieronmacht, moeheid.
- Ischias/ Struma - Menstruatiestoornissen - Krampen / Gewrichtspijn
- Spiertrekkingen - Pijnen o.a. gezicht - Maagkramp / middenrifkramp
- Hartkloppingen - Hoofdpijn / Migraine - Overgangsproblemen
- Inwendige oorprobl. - Exceem/witte schilfers - Ontlastingsproblemen - Menstruele koliek - Reumatische klachten - Blaaskramp / Bedwateren
- Verzwakte weerstand - Hooikoorts / Veel niezen - Transpiratieaanvallen
- Osteoporose - Pijn lendenen, nek, taille - Spanningsgevoel / Spierverharding
- Elektrische pijnen - Nerveuze astma - Te hoge - / te lage cholesterol
- Puisten / acne - Spastische darm/colitus - Zenuwtrekken ooglid
- Winderigheid - Te hoge - / te lage bloeddruk - Kortademigheid
- Exceem / Uitslag - Slapeloosheid - Jeuk / Hik / Astma
- Prostaatontsteking - Gezwelvorming - Relatie Blaasmeridiaan
- Pijn lendenen, nek, taille, wervelkolom pijnlijk, schietende pijn rug / gewrichten.
- Virusbelasting in zenuwknopen (herpes), door overbelaste orgaanwerking, spanningen.
- Aandoeningen van het zenuwgestel (Parkinson, trillen, kramp, chr.vermoeidheid, tintelend gevoel in handen, ...
- zenuwverlamming, krachteloosheid, vegetatieve dystonie, ...

### Tekort kan mentaal aanleiding geven tot:

- Gevoel door anderen ondergewaardeerd te worden gevolg> Gevoelens van eenzaamheid.
- Angst voor isolatie door de maatschappelijke/sociale hectiek niet bij te kunnen houden.
- Depressiviteit en gespannen gevoel, snel uit evenwicht, stressgevoelig.

### Tekort kan een verstoord welbevinden geven in de vorm van:

- Gevoelig voor onderwaardering, kan slecht tegen genegeerd worden.
- Opwindning leidt tot gevoel van machteloosheid, snel neiging tot blozen.
- Gevoel alsof zij de enigen zijn, die hun specifieke kracht en identiteit kunnen waarderen en respecteren. Lichamenlijk krampvormen door mentale spanning.
- MOEHEID, uitputting met innerlijk onrust.

### Mogelijk gezichtskenmerk bij tekort:

Koude roodheid. Zwakke onnatuurlijke bloes op wangen sterker bij opwindning, verlegenheidsbloes, sterker bij onrust. Regelmatig oogtik.



## **Celzout nr. 8 Natrium Chloride / Muriaticum**

Optredend tekort maakt U gevoelig voor klachten die voortkomen uit ontregeling van uw vochthuishouding.

### **Eigenschappen lichamenlijk:**

- Verzorgt de vochthuishouding in het lichaam, van de huid en de hersenen.
- Is een afvoerend zout t.a.v. milieuvervuiling, zender- / computerstraling, elektro-smog.

### **Eigenschappen mentaal:**

- Essentie: Gevoel van gebrek aan (emotionele) verzorging of niet (voldoende) kunnen zorgen.
- Zorgt voor een sterk gevoel van eigen identiteit en uniciteit.
- Zorgt voor evenwicht tussen uitgelatenheid en hypochondrie / melancholie.
- De kracht niet verloren te gaan in de massa.
- Stelt in staat zichzelf te blijven en toch temidden van een groep te kunnen functioneren zonder de eigen identiteit op te geven.

### **Tekort kan lichamenlijk aanleiding geven tot:**

- Vermoeidheid door verstoring van de vochtbalans in het lichaam en de hersenen.
- Zwak / doof gevoel in armen, benen, knieën, enz. - Hoofdpijn / Duizeligheid
- Zwakte, vermoeidheid - Gevoelige ledematen - Gevoelige rug / Rugpijn
- Pijn in lendenen/rug - Aambeien / Ascaris - Bleekzucht / bloedarmoede
- Catarre in vochtige ruimten - Oorgeluiden - Migraine / Slaapproblemen
- Kou gevoelig langs rug - Koude handen/ voeten - Gewrichtsproblemen / stram
- Dikke enkels - Droge mond/luchtwegen - Suikerintolerantie
- Transpiratie > overmatig - Ongewilde kinderloosheid - Reumatische gewrichten
- Vermagering / Vetzucht - Zwelling middenoor>doofheid - Oogirritatie + -ontstekingen
- Winterhoest / Rhinitis - Loopneus / Hooikoorts - Bronchitis / Astma
- Vingers doof/stijf - Hartkloppingen - Obstipatie / Diarree
- Pijn buik / lever / miltstreek - Acne / Dauwworm / Gordelroos - Brandend maagzuur
- Wratten / Schimmelgevoelig - Vette huid - Blaasklachten
- Roos / Haarverlies - Huidproblemen / Eczeem - Herpes / mondblaasjes
- Bijziendheid - Jicht - Opvliegers / Overgangsproblemen
- Rusteloosheid en schokken van spieren - Door vocht reumatische pijnen
- Slaapproblemen - Aderverslibbing - Zwakke / pijnlijke enkels / knieën
- Gluten- / Tarwe intolerantie - Menstruatieklachten - Relatie Dikke darmmeridiaan

### **Tekort kan mentaal aanleiding geven tot:**

- Depressieve gevoelens door frustratie, moeilijk kunnen verwerken van verdriet of verlies.
- Eenzaamheidsgevoelens en geslotenheid. Snel gevoel voorbij gelopen, niet begrepen te worden.
- Met als gevolg: Prikkelbaarheid, droevige gedachten. Snel desinteresse.

### **Tekort kan een verstoord welbevinden geven in de vorm van:**

- Snel bedroefd, gevoel van verloren te gaan in de massa.
- Duizeligheid (onvast hoofd) door ontregelde vochtbalans in de hersenen.
- Gevoel dat zij hun eigenwaarde moeten prijsgeven door de druk van de bevolkingsdichtheid.
- Snel moe, slapen neemt dan de vermoeidheid niet weg.

### **Mogelijk gezichtskenmerk bij tekort:**

Waterig opgezwollen gezicht met grove poriën.  
Vochtige uitzwetting in gezicht. Strakke, bolle wangen bij verdere slankheid. Grauwe huid, loodkleurig.

## Celzout nr. 9 Natrium Phosphoricum

Optredend tekort maakt U gevoelig voor klachten die voortkomen uit verzuring van uw cellen en weefsels.

### Eigenschappen lichamenlijk:

- Het zorgt voor het in oplossing houden van urinezuren uit de weefsels.
- Reststoffen van de eiwit-, suiker- en vetstofwisseling worden door dit zout aangegrepen en onschadelijk gemaakt.
- Neutraliseert zuren. Reguleert de vetstofwisseling en galproductie.
- Is een afvoerend zout t.a.v. milieuvervuiling en 'zenderstraling'

### Eigenschappen mentaal:

- Essentie: Het idee (inbeelding) iets niet te kunnen vertellen (voor zich houden).
- Belangrijk om zichzelf niet te verliezen te midden van alle normen en behoeften van anderen.
- Belangrijk voor evenwicht tussen neerslachtigheid en opgewondenheid.
- Houdt de eigen integriteit hoog te midden van beïnvloedende 'anderen'.
- Stelt in staat zichzelf te blijven te midden van de normen en behoeften van anderen.

### Tekort kan lichamenlijk aanleiding geven tot:

- Vermoeidheid en verzuringsklachten door ophoping van afvalstoffen > Slapte en matheid
- Alle klachten welke hun oorzaak vinden in verzuring
- Bij tekort treedt verstoring van de vetstofwisseling op
- Spijsverteringsstoornissen - Lymfklierzwellling - Bemoelijkte ademhaling
- Gewrichts- en spierpijnen - Pijnlijke hamstrings - Reumatiek / Jicht
- Chr. pijn in rugspieren - Nierstenen - Blaasstenen / Te hoog cholesterol
- Bindweefselontstekingen - Vette of droge huid / Eczeem - Puisten / acne
- Eeltvorming - Zuur zweet - Duizeligheid, migraine
- Ziek makende hoofdpijn - Gewichtstoename - Knobbelvorming - klieren
- Opeengekrabte huid - Reumatische artritis - Pijn rechter lies
- Zwellling nekklieren - Jeukende anus / Aambeien - Jeuk over hele lichaam
- Neuscatarre - Oorontstekingen - Piepende / suizende oren
- Trage lever / pancreas - Verzwakte werking bijniieren - Kramp / irritatie nekspieren
- Winderigheid - Witte vloed - Beslagen tong
- Gele afscheiding oog, oor - Neuralgieën - Zwakke knieën / - enkels - Aangezichtspijn - Darmkramp - Relatie Kringloopmeridiaan

### Tekort kan mentaal aanleiding geven tot:

- Slecht alleen kunnen zijn. Gevoel niet te kunnen zeggen, wat gezegd zou moeten worden.
- Mentale neerslachtigheid. Gevoel van uitputting en geïrriteerdheid.

### Tekort kan verstoord welbevinden geven in de vorm van:

- Onbestemde angstgevoelens, bezorgde vrees.
- Behoeftte aan bv. koffie, sinaasappelsap om opgang te komen.
- Bij gebrek stimulerende voeding b.v. koffie, suiker, conseerverzout-rijke producten) matheid en moeheid.
- Gevoel teveel te worden meegezogen door de normen en behoeften van anderen, waardoor zij het gevoel hebben buiten zichzelf te staan.
- Gevoel van slapte, mat in de morgen, als men tot activiteit komt is dat vooral s'avonds.

### Mogelijk gezichtskenmerk bij tekort:

Rood en bevekt niet koortsig. Vette of droge huid met meeëters, vettige wangen, rode ooglidranden, vettig haar, onderkin, groefjes in bovenlip, acne.

## Celzout nr.10 Natrium Sulfuricum

Optredend tekort maakt U gevoelig voor klachten die voortkomen uit het niet voldoende af kunnen voeren van afvalstoffen.

### Eigenschappen lichamenlijk:

- Ontslakkingsmiddel, bevindt zich niet IN de cellen, maar in de extracellulaire vloeistof.
- Voert het teveel aan vocht, overtollige cellen en afvalstoffen af.
- Regelt tevens de galproductie. Lymfe reinigend.
- Straling afvoerend zout. Eerste tekort verschijnselen: Oogproblemen / suikerintolerantie.

### Eigenschappen mentaal:

- Essentie: Angst voor gevoel van emotionele verwaarlozing. Vandaar het niet aan zichzelf toekomen, vanuit de houding dat de partner voorgaat.
- Middel voor een "gezonde" agressie, t.a.v. de verdediging van wat men tegen komt.
- Voorkomt gevoel aantasting stabiliteit > geïrriteerdheid / ontmoediging.
- Geeft kracht problemen die de stabiliteit aantasten aan te kunnen.
- Stelt in staat zin in het leven te behouden door met humor oog te houden voor de realiteit.

### Tekort kan lichamenlijk aanleiding geven tot:

- Vermoeidheid / onlust door het niet af kunnen voeren van afvalstoffen.
- Leververvetting - Galproductie-problemen - Gevoelige hoofdhuid.
- Gevoelige maag- / leverstreek - Obstipatie / Winderigheid - 's Morgens dunne ontlasting
- Gevoelige rug en nek - Eczeem / Acne/ Pukkels - Pijnlijk schouderpijn
- Jeuk algemeen / Teenjeuk - Brandende voetzolen - Brandend, vochtig eczeem
- Spierklachten / Beven - Gewichtsproblemen - Astma (vochtgerelateerd)
- Middenoorontstekingen - Duizeligheid / Vertigo - Verzwakt auto-immuunsysteem
- Lymfeoverbelasting - Vergrote prostaat - Bronchitis (vochtgerelateerd)
- Hoofdpijn / Migraine - Vetzucht / Oedeem - Gevoelige ogen
- Jeuk tijdens uitkleden - Bedplassen - Wratten / Huidblaasjes
- Geelzucht - Diabetes / Suikerintolerantie - Exceem / pijnlijke, ruwe handen
- Urineren brandend - Ischias / Lage rugpijn - Maagklachten
- Opgeblazenheid - Snel vermoeide ogen - Druk - / beklemming hartstreek
- Neusbloedingen - Cholesterolproblemen - Verstoorde suikerstofwisseling
- Reumatische klachten - Auto-agressie ziekten - Relatie Hartmeridiaan

### Tekort kan mentaal aanleiding geven tot:

- Neiging tot (onbewuste) passieve houding van "Laat mij maar" of "Laat mij met rust".
- De neiging hebben zich te onttrekken aan zich voordoende problemen.
- Onbestemd gevoel "overbelast" te zijn.

### Tekort kan een verstoord welbevinden geven in de vorm van:

- Gevoel van gebrek aan stabiliteit, rust, harmonie, veiligheid.
- Neiging zich terug te trekken uit de hardheid van de maatschappij.
- Rusteloos verlangen te bewegen. Onrust.
- Behoeft aan aandacht, maar willen tegelijkertijd nergens bij betrokken worden.
- Vermoeid gevoel, speciaal rond de knieën, vermoeidheid van de ogen.

### Mogelijk gezichtskenmerk bij tekort:

Citroenachtige bleekheid rond neuswortel, oren, mond/kin. Stijfheid en gevoeligheid nek / schoudergordel / kuit.

Vermindering oogscherpte.

Ontstekingsrood blauwheid neus (z.g. drinkersneus), wangen, voorhoofd, oren, gezicht.

## **Celzout nr.11 Silicea**

Optredend tekort maakt U gevoelig voor klachten die voortkomen uit een door overbelasting verzwakte afweer, calciumopname en een te hoge zenuwspanning.

### **Eigenschappen lichamelijk:**

- Geeft het lichaam afweer tegen niet bacteriële infecties en vreemde stoffen.
- Regenererend, drijft giften, vervuilingen en overbelastende stoffen af.
- Breekt en voert urinezuren af. Essentieel bestanddeel voor de opname van calcium.
- Houdt de vaatwanden, bindweefsel en de weke delen (o.a. kraakbeen) soepel en sterk.

### **Eigenschappen mentaal:**

- Essentie: Overtuigd niet aan gestelde eisen te kunnen voldoen - kritiek-gevoelig.
- Maakt zelfbewust, doelgericht en sterk. Grenzen kunnen trekken en verkennen.
- Voldoende van dit zout geeft zelfvertrouwen, beperkt te sterke beïnvloeding van buitenaf.
- Stelt iemand in staat zijn zelfvertrouwen te behouden te midden van alle eisen die aan hem gesteld worden.

### **Tekort kan lichamelijk aanleiding geven tot:**

- Moeheidsgevoelens door zwakte afweer en zenuwgestel. Onrust.
- Heftige reacties op temperatuurschommelingen. - Stijve onderrug
- Zenuwirritatie - Zwakte - Buikklachten - 's Nachts zweten
- Oorsuizen - Duizeligheid - Zweetvoeten - Slijmvliesontstekingen
- Chronische actieve slijmvliezen - Drukgevoel ogen - Gevoelige huid
- Eczeem - Fistels - Hoofdpijn - Slapeloosheid - Lymfeklierzwellings
- Klachten geslachtsorganen - Rusteloosheid - Haaruitval - glimmende hoofdhuid
- Amandel-abcessen - Opgeblazen buik - Nagelzweren
- Zweterige handen - voeten - Knobbels borstklier - Wondjes tussen tenen
- Schildklier klachten - Schimmels - parasieten - virusgevoelig
- Bronchitis - Astma - Hooikoorts - Slijtage kraakbeen, beender- en bandengestel
- Gewrichtpijnen - Reumatische klachten door ophoping afvalstoffen
- Knie- en heupbezwaren - Huid: jeuk, brandend - Pijnlijke rug / nek
- Verslapping vaatwanden - Cholesterolproblemen - Spataderen
- Waterzucht / gewichtsproblemen - Gebrekkige spijsvertering - Slechte stofwisseling
- Ogen, letters door elkaar - Ischias / Ruggegraatkromming - Postviraal syndroom
- Tekort uithoudingsvermogen - Chronische blaasontsteking - Relatie Longmeridiaan
- Verhoogde gevoeligheid t.a.v. schimmels, parasieten, stoffen, milieuvervuilende stoffen enz.

### **Tekort kan mentaal aanleiding geven tot:**

- Mentaal in zichzelf gekeerd zijn, kwetsbaar door gebrek zelfvertrouwen.
- Snel twijfelen aan eigen kunnen. Snel neiging zich te verontschuldigen.
- Slapeloosheid, nerveusiteit, concentratieproblemen, wisselende stemmingen.

### **Tekort kan verstoord welbevinden geven in de vorm van:**

- Faalangst, gebrek aan zelfvertrouwen, overgevoelig voor geluiden, beelden, enz.
- Snel gevoel betuigd, misbruikt te worden, door onzekerheid over eisen die gesteld worden.
- Enerzijds wil men zekerheid over de geleverde prestaties en anderzijds de vrijheid om naar de juiste benadering te zoeken.
- Vermoeidheid, zwakte met verlangen te liggen. Snel hangerig. Koudelijkheid, koude handen en voeten. Zweterig.

### **Mogelijk gezichtskenmerk bij tekort:**

Kale glimmende schedel (als biljardbal), sterk glimmende neus, voorhoofd, wangen.  
Kraaienpootjes. Soms bleek / verweerd.  
Glimmend scheenbeen. Gesprongen adertjes. Rimpeltjes voor de oren.

## **Celzout nr.12 Calcium Sulfuricum**

Optredend tekort maakt U gevoelig voor klachten die voortkomen uit vervuiling van het bloed en lever met afvalstoffen.

### **Eigenschappen lichamenlijk:**

- Vooral belangrijk voor de werking van de lever. Bloedreiniger. Voorkomt vroegtijdige veroudering.
- Reinigt in verval en vergiftigde delen van het interne menselijk lichaam.
- Bedekt alle binnenkanten van de organen, die in aanraking komen met vloeistoffen.
- Voorkomt irritatie van vliezen (darm, neus, oren, maag, blaas, enz.)

### **Eigenschappen mentaal:**

- Essentie: Angst dat anderen hen niet aardig / lief of mooi vinden.
- Stelt mentaal in staat innerlijke agressie ontstaan door externe omstandigheden af te voeren.
- Gejaagdheid / Lusteloos. Tegenslag door externe beperking kunnen verwerken.
- Geeft ogenschijnlijk wat dwarse en nukkige mensen weer hun charme en kracht.

### **Tekort kan lichamenlijk aanleiding geven tot:**

- Klachten na een lichamenlijke inspanning, de activiteit zelf geeft geen klachten.
- Vermoeidheid en lusteloosheidsgevoelens door bloedvervuiling.
- Chr. verkoudheid - Huidontstekingen - Blaasontstekingen
- Eczeem - Abscessen - Bijholteontsteking - Vermoeidheid in rust
- Hoofdpijn - Duizeligheid - snel bewegen - Snel verkouden
- Pijn in rug - stuitbeen - Chr. rhinitis - Herpes erupties
- Zweren - Fistels - Brandende voeten - Weefselverdichtingen
- Spieraandoeningen - Hoofdroos - Krampen
- Puisten - Acne - Nierbekkenontsteking - Maagproblemen
- Stijve vingers - Last van heupgewrichten - Menstratieproblemen
- Verrekte spieren - pezen - Lamme rug / spieren - Haaruitval / Roos
- Geïrriteerde vliezen - Slapeloosheid / Slaapzucht - Hartkloppingen
- Levertvlekken - Pukkeljes / Huiduitslag - Jichtige gewrichten
- Reumatische pijnen - Neusuitscheiding - Bindweefselproblemen
- Weergevoelig - Astma - Relatie Maagmeridiaan

### **Tekort kan mentaal aanleiding geven tot:**

- Niet om kunnen gaan met beperkingen, het aan kunnen passen aan (wettelijke) beperkingen.
- Negativiteit, dwarsigheid, spanning, piekeren over ingebeelde tegenslag.
- Slaapproblemen door gedachten.

### **Tekort kan een verstoord welbevinden geven in de vorm van:**

- Zich teveel beperkt of geremd voelen, waardoor veranderlijk stemming, ontevredenheid.
- Vol onberedeneerbare angsten zitten, zich snel beledigd voelen.
- Voelt zich vaak beter tijdens lichamenlijke bezig zijn dan in rust.
- Gevoel gevangen te zitten in een web van regeltjes en diplomatie.
- Bij kinderen dwarsigheid, volwassenen negativiteit, spanningsnervusheid.
- Vermoeid gevoel met kramp in nek, maag leegheid. Huiverige zwakheid en matheid, nervusheid / spanning, waardoor uitputtingsgevoelens.

### **Mogelijk gezichtskenmerk bij tekort:**

Levertvlekken, oudersdomsvlekken, geel-grauwe wasachtige kleuring. Huiduitslag in gezicht. Brandende voetzolen.

## **Celzout nr. 13 Kalium arsenicosum**

Optredend tekort maakt gevoelig voor klachten op de huid en het zenuwstelsel.

### **Tekort kan aanleiding geven tot o.a.:**

- Moeilijk te genezen huidaandoeningen en chronische huidziekten met hevige jeuk
- Nervositeit
- Zwaktetoestanden
- Verlamningsverschijnselen en krampen
- Vermagering
- Bleekzucht
- Waterige diarree

### **Mensbeeld:**

Rusteloze, nerveuze, overmatig actieve mensen, die in grote mate betrokken zijn bij het leven dat ze leiden. Ervaren hun kleine wereldje als groot. Zij zijn bang de grip op zichzelf te verliezen als ze zich overgeven aan de ruimte. Verkennen stap voor stap hun eigen mogelijkheden maar zijn bang voor iedere stap. Werken is voor hen een heilige opgave. In principe zijn ze onvermoeibaar en worden om hun ijver bewonderd. Zij worden echter genegeerd in hun topperigheid en de vanzelfsprekendheid, waarmee zij hetzelfde verwachten van de mensen om hun heen.

Om zich te beschermen tegen de grote buitenwereld ontwikkelen zij allerlei angsten om zich te onttrekken aan grote zaken. De angsten zijn steeds verschillend en hebben te maken met het feit dat ze iets nog nooit eerder hebben gedaan.

De overeenkomst met de grenzen, die ze stellen, is, dat ze vaak tal van huidklachten hebben. Meestal gepaard gaande van sterke jeuk en een witte schilfering.

## **Celzout nr. 14 Kalium bromatum**

Optredend tekort maakt gevoelig voor klachten op de huid en het zenuwstelsel.

### **Tekort kan aanleiding geven tot o.a.:**

- Mentale overbelasting, zowel als rustgever als bij slaapstoornissen.
- Aandoeningen van de schildklier.
- Aandoeningen van slijmvliezen.
- Nerveuze gezichtsstoornissen.
- Psoriasis

### **Mensbeeld:**

Type past bij elke leeftijd, maar heeft iets weg van een opgroeiende puber. Alle onzekerheden die zich in die levensperiode kunnen voordoen, overvallen deze mens. Zij zijn afwezig, dromerig, vol fantasie en worden intens geraakt door emotionele ontwikkelingen. Denken, dromen en fantaseren over seksualiteit. Zij zijn onrustig, kunnen moeilijk stilzitten en moeten iets in de handen hebben. Het leven lijkt alle mogelijkheden te bieden, maar ze gaan aan emotionele groei ten onder. Doen dingen, waar ze niet achter staan. Tevens buien van melancholie. Acné is een veel voorkomende huidaandoening op gezicht en borst.



## **Celzout nr.15 Kalium jodatum**

Optredend tekort maakt gevoelig voor klachten t.a.v.: Verhoogde bloeddruk, hart- en hersenwerking. Slijmvorming, spijsvertering. Komt voor in vrijwel alle lichaamcellen, vooral in schildklier, lever, milt, nieren, maag, huid, haren en nagels.

### **Tekort kan aanleiding geven tot o.a.:**

- Vooral hoge bloeddruk
- Spijsverteringsstoornissen en verlies van eetlust
- Chronische huid- en slijmvlies ontstekingsneiging
- Schildklierstoornissen
- Arterio-sclerose en reumatische gewrichtsaandoeningen

### **Mensbeeld:**

Lijkt op een overwerkte journalist. Zij hebben hun werk aangepast aan hun rusteloze en beweeglijke aard.

Extreme rusteloosheid, gekoppeld aan het altijd warm hebben, kan overgaan in geïrriteerdheid, waarbij de persoon ruw en boosaardig kan worden.

Gevolgd door melancholie en droefheid.

## **Celzout nr.16 Lithium muriaticum**

Optredend tekort maakt gevoelig voor klachten aan de gewrichten en zwaktetoestanden.

### **Tekort kan aanleiding geven tot o.a.:**

- Jichtachtige en reumatische aandoeningen, met pijnlijke zwellingen en verstijving
- Algehele uitputting en vermagering
- Urineweg infecties
- Ziekten die veroorzaakt worden door opslag van urinezuren
- Manisch-depressieve toestanden

### **Mensbeeld:**

Meestal aardige, vriendelijke, welwillende mensen, die graag in gezelschap van anderen verkeren. Hebben last van gevoelens van eenzaamheid en zijn daar verdrietig om.

Zij voelen zich onzeker en verdrietig, last van duizelingen, een vol gevoel in het hoofd, vlekken voor de ogen, last van oorsuizen en trillende ledematen.

Oorzaak meestal stofwisselingsstoornis door slechte verwerking van afvalproducten van de eiwitverbranding.

## **Celzout nr. 17 Manganum sulfuricum**

Optredend tekort maakt gevoelig voor klachten t.a.v. de bloedvaten en bloedcirculatie. Maag-darmfunctie, milt- en lever en de gal-productie.

### **Tekort kan aanleiding geven tot o.a.:**

- Bloedarmoede
- Bleekzucht
- Bloedingen
- Vermoeidheid en zwaktetoestanden
- Circulatiestoornissen
- Wisselende reumatische klachten
- Kiespijn
- Ontsteking van het maag-darmkanaal
- Allergische reacties

### **Mensbeeld:**

Maakt een rustige, trage, en wat vermoeide indruk. Vrij donkere, vale huid en weinig uitstraling. Melancholicus, zijn zwaar op de hand.

## **Celzout nr. 18 Calcium sulfuratum**

### **Optredend tekort maakt gevoelig voor klachten als:**

Toestanden van uitputting en zwakte met gewichtsverlies. Ondanks geeuwhonger en verhoogde eetlust. Verder nog weinig over bekend.

## **Celzout nr. 19 Cuprum arsenicosum**

Optredend tekort maakt gevoelig voor klachten t.a.v. het zenuwstelsel en de spieren.  
Oorzaak optredend tekort vooral: Het gevoel op hun tenen te moeten lopen om met iedereen rekening te houden en naar de zin te maken.

### **Eigenschappen lichamelijk:**

Zorgt vooral voor een goede nierfunctie  
Voorkomt ophoping van vocht in de hersenen  
Voorkomt krampvorming

### **Eigenschappen mentaal:**

Versterkt de eigen waarde  
Maakt zelfbewust, zelfstandig

### **Tekort kan lichamelijk aanleiding geven tot:**

- KRAMPEN - Klierkramp - Doofgevoel handen/benen
- Neuralgieën - Ischias - Spierkrampen
- Epilepsie - Koliëkpijn bij maag en darmcatarre
- Oedeemvorming door nierziekte - IJzergebrek - Hoofdpijn
- Diarree - Doof gevoel benen - Zweren
- Kuitkramp na middernacht - Nierzwakte
- Puisten - Puisten rond geslachtsorganen
- Rug - Lam gevoel - Donkere vloeibare ontlasting
- Astmatische bronchitis - Emfyseem - Kinkhoest
- Duimen verkrampd in vuisten - Snel blaren door overgevoeligheid druk
- Spasmen - Koude huid - Huidgevoelig bij aanraken
- Hartzwakte door verstoorde eliminatie afvalstoffen
- Pijnlijke neurosen
- Huidproblemen - Psoriasis

### **Klachten verergeren door:**

- Consumptie van planten of vruchten van de nachtschade familie.
- Vochtig weer - Aanraken
- Geestelijke oververmoeidheid - Onderdrukte huiduitslag

### **Tekort kan mentaal aanleiding geven tot:**

- Angst om het fout te doen - Krampachtig volgen regels
- Op hun tenen lopen - Agressie door frustratie.

## **Celzout nr. 20 Kalium Aluminium sulfuricum**

### **Optredend tekort maakt gevoelig voor klachten als:**

- . Koliëkpijn door verstopping en winderigheid.
  - . Duizeligheid.
  - . Irritaties van het zenuwstelsel.
  - . Ter voorkoming van bloedstolling ( bij bijv. operaties, ...)
- Verder nog weinig van bekend.

## Celzout nr. 21 Zincum muriaticum

Optredend tekort maakt U gevoelig voor klachten die voortkomen uit een uitgeput en overbelast zenuwstelsel door invloeden van buitenaf, zoals milieu-, voedings- en/of stralingsoverbelasting en stress door verminderd / uitgeput uitscheidend vermogen.

### Eigenschappen lichamelijk:

- Het is een constant bestanddeel van cellen, van veel enzymen en van de lymfe.
- Het zout is essentieel voor het kunnen verwerken van belastingen van welke aard dan ook.
- Het is onmisbaar voor het normaal functioneren van veel stofwisselingsprocessen.
- Het werkt vooral in de hersenen en het ruggemerg. Tekort ontregelt de uitscheiding.
- Zincum chloratum is vooral van belang om het zenuwstelsel inclusief de hersenen sterk te houden ten opzichte van overbelasting.

### Eigenschappen mentaal:

- Dit zout is van belang om het geestelijk evenwicht te kunnen behouden.
- Bij een tekort kunnen allerlei psychische problemen optreden.
- Dit zout stelt het individu in staat zich staande te houden te midden van het hem/haar omringende.
- Tekort kan leiden tot schuldgevoelens door, een zichzelf opgelegde, te grote druk te moeten presteren

### Tekort kan lichamelijk aanleiding geven tot:

- Alle klachten die hun oorsprong vinden in een verzwakt/uitgeput zenuwstelsel
- Hypoglycemie - Diabetes/ Suikerintolerantie - Dove tenen / vingers
- Allergische reacties op voedsel en stoffen door overgevoeligheid zenuwen en immuunsysteem
- Glutenintolerantie - Darmschimmel-infectie - Ontstekingen
- Mondhoekzweren - Gebitszwakte / tandvleeszwakte - Oorsuizen / Oogklachten
- Mager - Corpulent - Geringe lichaamsbeharing - nagels zwak/Haaruitval
- Maagklachten - Gewichtsproblemen - Zwakte lumbaalstreek
- Slaapproblemen - Kramp/Astma/Bronchitis/hooikoorts - Lamgevoel ledematen
- Hoofdpijn/ Eczeem/Psoriasis - Tinteling/prikkeling spieren/ledematen - Spataderen
- Pijn onderrug - Spanning schouders/nek - Hart>krampachtig
- Jeuk knieholte/ -bovenbeen - Snel zweten over hele lichaam - Zenuwonrust / zwakte
- Verstoord dag/nachtritme - Nagels>witte puntjes - Te snelle stofwisseling
- Verstoorde histamine balans - Doffe/stekende pijn in de lendenen - Menstruatiestoornissen
- Krampachtig hoesten - Verstopping/diarree - Trillende ledematen
- Koude handen / voeten - Onrustige benen - circulatieproblemen - Haaruitval
- Rugklachten die voortkomen uit het zenuwstelsel
- Relatie Dikkedarm meridiaan

### Tekort kan mentaal aanleiding geven tot:

- Chronische moeheid - Nachtelijke onrust
- Uitputtingsgevoel - Geheugen zwakte
- Gevoelig voor geluiden

### Tekort kan een verstoord welbevinden geven in de vorm van:

- Gevoel van uitputting - Slechte concentratie - Zenuwaantasting
- Chronische moeheid - Verminderde geestelijke kracht - Zwakte/beven ledematen
- Gevoel van lamme spieren - Verminderd geheugen - Burn-out

### Mogelijk gezichtskenmerk bij tekort:

Bleke lippen, bleek # roodheid. Rode jeukende kin. Gezichts- uitslag. Tandvleesproblemen.



## **Celzout nr. 22 Calcium carbonicum**

Optredend tekort maakt U gevoelig voor klachten die voortkomen uit c.q. het gevolg zijn van overbelasting door overmatige of aanhoudende inspanning door te proberen bij en flexibel te blijven in de maatschappelijke en sociale hectiek met als gevolg: een overmatige uitscheiding.

### **Oorzaak optredend tekort vooral:**

Overbelasting, mentaal en/of lichamenlijk aanhoudende inspanning, onderdrukte transpiratie, onderdrukte huiduitslag, pil- / medicijngebruik, onderdrukken symptomen, ...

### **Eigenschappen lichamenlijk:**

- Het voorkomt lichamenlijke uitputting, als gevolg van overbelasting.
- Calcium carbonicum werkt met name op de slijmvliezen. Essentieel voor de calciumstofwisseling.
- Het voorkomt vroegtijdige veroudering. Belangrijk voor het functioneren van hypofyse en schildklier.
- Het voorkomt lymfklierzwellingen en ontstekingen. Reguleert de bloed- en weefselzuurgraad.
- Het is een wezenlijk bestanddeel van ons zenuw- en afweersysteem.
- Een tekort treedt vooral aan het licht door regelmatig optredende verkoudheden en transpiratie aan het hoofd.
- Voorkomt duizeligheid en buiten adem raken.

### **Eigenschappen mentaal:**

- Essentie: De twijfel of ze de dingen wel goed doen, of wel goed genoeg zijn.
- Het voorkomt geestelijke uitputting en angstgevoelens, als gevolg van overbelasting.
- Dit zout voorkomt angstige onrust, angst voor tegenslag, onbestemd spanningsgevoel.

### **Tekort kan lichamenlijk aanleiding geven tot:**

- Zwakteklachten en vermoeidheid, die voortkomen uit overbelasting
- Energiegebrek -Slijmvliesproblemen - Duizeligheid - Gezichtsuitslag
- Huidproblemen - Koudevoeten
- Winderigheid - Verhit hoofd - Hoofdpijn - Maagkramp
- Stijve nek - Kriebelhoest - Polypen
- Longslijm - Hoofdschurft - Haaruitval - Hardhorendheid
- Zwakte in de benen - Algemene zwakte - Snel zweten - nek, hoofd
- Lichtgevoeligheid ogen - Ogen snel vermoeid, trillen - Staar
- Loopoor/Oorontsteking - Neuscatarre, geel secreet - Neus - korsten
- Kouvatten> weersverandering - Hoesten - Gewoonte hoest - Zwelling bovenlip
- Zure smaak - Maagzuur - Opgeblazen buik
- Menstruatieklachten - Gevoelige borsten - Versnelde veroudering
- Verminderde weerstand - Hartkloppingen - Rug pijnlijk als verrekt
- Zwakte onderrug/Lumbago - Snel stijve nek - Arthrose
- Voetzolen - rauw, ruw - Kuitkramp 'snachts - Slapeloosheid - gedachten - Psoriasis /Netelroos - Heup-/ Knieklachten - Wratten
- Klachten erger bij koud, guur weer. Weersomslag. - Dauwworm / Gordelroos
- Kalkgebrek - Botontkalking - Blaasirritatie - (Spier)verzuringstijfheid
- Reumatische pijnen - Stijve (dode) vingers - Slapeloosheid

### **Tekort kan mentaal aanleiding geven tot:**

- Angstige voorgevoelens - Vergeetachtigheid - Koppigheid
- Zwaarmoedigheid - Zwijgzaam - Schrikachtig
- Prikkelbaar / Spanningsgevoel - Kinderen - dwars - Angstig

### **Mogelijke gezichtskenmerken bij tekort:**

Bleke gelaatskleur en diepliggende ogen. Snel donkere kringen rond ogen (z.g. wallen).

## **Celzout nr. 23 Natrium bicarbonicum**

Optredend tekort maakt gevoelig voor klachten t.a.v. de stofwisseling (uitscheiding van o.a. urinezuur) en de werkzaamheid van de alveesklieer.

Oorzaak optredend tekort vooral door: Het gevoel hebben zich voortdurend te moeten indekken tegen frustraties.

### **Eigenschappen lichamelijk:**

Voorkomt zwakte ten gevolge van vochtige warmte in de zomer.

Werkt met name stimulerend op de celactiviteit.

Verhoogt oxydatie en celmetabolisme.

Voorkomt zwelling en verharding van klieren.

Voorkomt ontstekingen.

### **Eigenschappen Mentaal:**

Voorkomt afsluiting t.o.v. anderen.

Voorkomt terugtrekking op bescheiden en beschaafde manier, uit frustratie angst.

### **Tekort kan lichamelijk aanleiding geven tot:**

- Overgevoelig voor weersverandering, storm, tocht, extreme koude of vochtige warmte
- Duizeligheid - zon - Kan niet tegen binnenwarmte, tocht, onweer
- Hoofdpijn - warmte/gaslicht - Haaruitval
- Const. neusverkoudheid - Dikke geel/ groene uitscheiding - Vergroting neus
- Buitenkant neus eczeem - Kiespijn zonder gaatjes - snoep en fruit
- Struma - Opgezette maag - Opboeren
- Verzuring - Diarree na melk/ geraff. zetmeel - Branden - plassen
- Prostaatklachten - Schaamstreek irritatie - Onvruchtbaarheid
- 's Morgens droge hoest - Hartkloppingen door geluiden - Kraken wervels
- Huidirritatie tussen vingers en tenen, hielen - Kloofjes handen
- Gevoelige voetzolen - 's Morgens rond 5 uur wakker - Sproeten
- Formicatie toppen vingers/tenen - Mond gladde zweren
- Snel transpireren - bewegen - verstopte neus 's nachts

### **Tekort kan mentaal aanleiding geven tot:**

- Mentale zwakte - Mentaal traag - Vrezen(pleinvrees, ...)
- Grote overgevoeligheid voor bepaalde geluiden (papier, ...)
- Onrust/ rusteloosheid tijdens onweer, niet door angst maar door atmosferische verandering
- Afkeer van gezelschappen - Wapend zich op voorhand tegen frustratie gevoelens
- Overgevoelig voor sfeer - Voelt zich niet erkend

### **Gezichtskenmerken:**

Blauwe kringen onder ogen en opgezette oogleden, sproeten, verdikte bovenlip, gele vlekken.

Vergroting van de omvang van de neus door irritatie, oedemateuze zwelling, pukkels en eczeem.

## **Celzout nr. 24 Arsenum jodatum**

Optredend tekort maakt gevoelig voor klachten t.a.v.de sereuze vliezen van de lymfklieren en de longen, huid, ...

Oorzaak optredend tekort vooral: Het gevoel te hebben of langdurig gehad te hebben.

"vast c.q. opgesloten" te zitten c.q. "geleefd te worden" in of door een bepaalde situatie, bepaald milieu of omgeving.

### **Eigenschappen lichamelijk:**

voorkomt hardnekkige, bijtende uitscheidingen

Voorkomt dat uitscheiding het slijmvlies prikkelt waaruit het komt en andere slijmvliezen waarmee het in contact komt.

### **Eigenschappen mentaal:**

Voorkomt rusteloosheid en vergeetachtigheid.

### **Tekort kan lichamelijk aanleiding geven tot:**

- Chronische bijtende, geel-groene uitscheiding uit slijmvlies van o.a. longen, neus, oren, huid, darmen, ...
- Alle huidige welvaarts- en milieugebonden klachten
- Ontstekingen hevig met bijtend, dik, gele (geel/groene) uitscheiding
- Duizeligheid + trillen - Hoofdpijn door studeren
- Oogontstekingen - Bijtende uitscheiding oren
- Waterige, bijtende (groene) uitscheiding uit neus ook in keelholte
- Hooikoorts - Niezen
- Chron. neuscatarre , neus opgezet, veel dikke, geel/groene neusloop
- Zeurende pijn jukbeenderen - Nat eczeem
- Jeugdacné - Maagpijn en maagzuur
- Longziekten, gepaard gaande met vermagering en grote uitputting
- Opgezette tonsillen - Astmatische bronchitis
- Borstkanker - Chronische longontsteking
- Droge, schilferende huid, jeukend na loslaten schilfer huid nat bijtend
- Hartklachten - Uitputting (M.E.)
- Parkinson - Gezwelvorming
- Nachtelijk zweten - Psoriasis

### **Tekort kan mentaal aanleiding geven tot:**

- Niet meer goed kunnen denken
- Het gevoel "vast" te zitten
- Indien ontstekingen optreden is de " lol " (vrolijkheid) eraf.
- Dufheid en concentratieverlies na bijvoorbeeld overmatig studeren.

### **Gezichtskenmerken:**

Geel cq. geel/groene uitscheidingen en / of geel c.q. geel/groene vlekken in het gezicht of op het lichaam.

## **Celzout nr. 25 Aurum chloratum natronatum**

### **Eigenschappen:**

- Bij psychische problemen.
- Onregelmatige cyclus bij vrouwen.
- Bij specifieke vrouwenkwalen (ontstekingen van de eier-stokken, baarmoeder), PMS, overgangsproblemen.
- Bij chronische ziektes zonder koorts.

### **Toepassing:**

- Bij slaapritme problemen en /of slaapwandelen.
- Samen met Nr. 2 en Nr. 7 bij ernstige slaapproblemen.
- Vaak wakker worden, niet in kunnen slapen & onrustig slapen.
- 's Morgens niet wakker kunnen worden en slaapstoornissen bij oudere mensen.
- Jetlag, grauwe staar, hoge bloeddruk, chronische leverziektes. Bij myomen, poliepen en cystes.
- Bij angstsituaties
- Prikkelbare en/of melancholische stemmingen.
- Depressieve stemmingen en stemmingswisselingen.

## Celzout nr. 26 Selenium

### Eigenschappen:

- Bij ontlasting van zware metalen
- Vrije radicalenvanger
- Antioxidant
- Voor de afbouw en uitscheiding van schadelijke gifstoffen en zware metalen, als o.a. cadmium (vooral bij rokers)
- Bij vergiftiging veroorzaakt door micro-organismen of radioactieve straling.
- Als middel voor amalgaam vullingen

### Toepassing:

- Bij depressies.
- Bij steeds terugkerende, langdurige infecties.
- Bij herpes, macula-degeneratie(gele vlek).
- Voor leverontgiftiging, kankerpreventie& regulatie van de schildklier.
- Bij gevoeligheid voor herpes.

Selenium is belangrijk als groeifactor voor bijna alle cellen en als bescherming tegen oxidatie van de rode bloedlichaampjes, de immuuncellen, de leverstofwisseling en de stofwisseling van de ooglenzen. Beschermt de cel, verbetert de opname en het transport van vitamines. Selenium werkt als schildklierregelaar en kan dan samen met Natrium sulfuricum gegeven worden voor de antioxidatieve werking op de lever- en celstofwisseling.

## **Celzout nr. 27 Kalium bichromicum**

### **Eigenschappen:**

- Werkt bij diabetes mellitus. Bij type 1, samen met Kalium sulfuricum gebruiken (deze vorm wordt ook wel insuline-afhankelijke diabetes genoemd)
- Bij diabetes type 2, samen met Natrium sulfuricum gebruiken (deze vorm van diabetes maakt het lichaam wel insuline, maar de glucose kan niet in de cel worden opgenomen)
- Bij verhoogd cholesterolgehalte, arteriosclerose en voor de ijzerstofwisseling.

### **Toepassing:**

- Een belangrijk mineraal voor de stofwisseling.
- Sportbeoefenaars hebben een grote behoefte aan kalium bichromicum (omdat ze meer chroom verbruiken).
- Helpt de reiniging en vernieuwing van het bloed, vooral bij anemie en ook bij diabetes.
- Te gebruiken bij: diabetes, overgewicht, hoog cholesterolgehalte, chronische ontstekingen of slijmvlies catarre.