

Alles muss raus

Blähungen und **Durchfall** können getrennt oder zusammen auftreten. Beide Symptome sind unangenehm und schnelle Hilfe ist gewünscht. Wie das funktioniert, hat uns Dr. Schüssler vor fast 150 Jahren gezeigt.



© vchal / iStock / Thinkstock

Zu Dr. Schüsslers Zeiten wusste man so gut wie gar nichts über Einflüsse und Ursachen, die Blähungen und Durchfall auslösen – vermutlich ahnte man nicht einmal, dass so etwas wie ein Darm-Mikrobiom existiert. Deshalb hat sich der Altmeister auf die Besonderheiten und Eigentümlichkeiten der Symptome und seine Beobachtung gestützt und so seine Mittelwahl getroffen. Beim Durchfall betrachtete er die Art der Absonderung und die Begleitsymptome als entscheidend. Ebenso bei Blähungen – gehen sie mit Winden einher oder

sind sie schmerzhaft? Und obwohl Schüssler-Salze weder antibiotisch noch probiotisch wirken, helfen sie heute wie damals.

Durchfall-Salze Dies sind in erster Linie, vor allem bei akuten Beschwerden wie zum Beispiel nach dem Verzehr verdorbener oder durch Keime verunreinigter Nahrung, die Nr. 3 Ferrum phosphoricum D12 und die Nr. 10 Natrium sulfuricum D6. Die Nr. 10 ist auch dann angezeigt, wenn ohne sichtbaren Grund immer wieder ein morgendlicher Durchfall auftritt. Stehen

krampfartige Schmerzen beim Durchfall im Vordergrund, kommt zusätzlich zu dem ausgewählten Durchfall-Salz Magnesium phosphoricum (Nr. 7) in Betracht. Wenn nur Bauchkrämpfe belasten und Durchfall eher von zweitrangiger Bedeutung ist, können Sie Ihren Kundinnen und Kunden auch die Nr. 7 Magnesium phosphoricum D6 alleine empfehlen und darum bitten, die Ursache klären zu lassen (z. B. durch eine Stuhluntersuchung).

Wässriger Durchfall Beim klar aussehendem, wässrigem Durchfall ist die Nr. 8 Natrium chloratum D6 das wichtigste Salz. Hören Sie von Ihrem Kunden, dass der Durchfall mit Völlegefühl vergesellschaftet ist, dann denken Sie gleich an die Nr. 9 Natrium phosphoricum D6. Stehen hingegen die Blähungen (Meteorismen, Flatulenzen), die zusammen mit dem Durchfall auftreten, im Vordergrund, ist die Nr. 10 Natrium sulfuricum D6 das passende Salz.

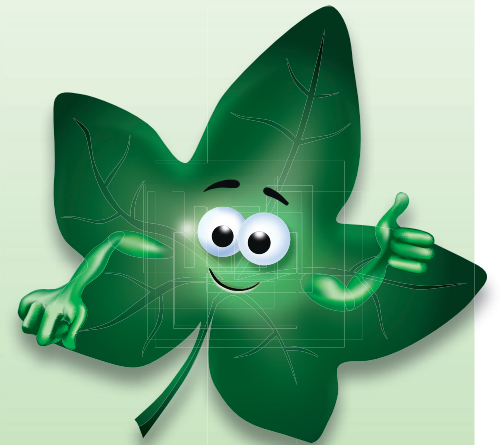
Zusätzliche Therapieoptionen Im Bereich der Ergänzungsmittel finden wir ebenfalls Salze, die bei Durchfall eingesetzt werden. Ich empfehle Ihnen, diese nur dann im Kundengespräch zu erwähnen, wenn Sie mit den typischen Diarrhö-Salzen nicht weiterkom-

men, denn für die Ergänzungsalze gibt es von Schöpfungswinkel keine Spezifizierung. Es handelt sich um die Salze: Nr. 15 Kalium jodatum D6 (eher Schilddrüsen-bedingter Durchfall), Nr. 18 Calcium sulfuratum D6, Nr. 19 Cuprum arsenicosum D6 (eher nervöser Durchfall), Nr. 20 Kalium Aluminium sulfuricum D6, Nr. 22 Calcium carbonicum D6.

Zu viel Gas Bei Blähungen hat Dr. Schüssler zwischen den schmerzhaften (Nr. 7 Magnesium phosphoricum D6, am besten als „Heiße Sieben“, empfehlen) und den übel riechenden, stinkenden Blähungen unterschieden. Bei Blähungen, die aufgrund von Zersetzungsprozessen (Eiweißfäulnis, Kohlenhydratgärung mit unangenehm riechenden Flatulenzen) entstehen, sollten Sie Ihren Kundinnen und Kunden die Nr. 5 Kalium phosphoricum D6 empfehlen. Treten die Blähungen in Zusammenhang mit einem Roemheld-Syndrom (Druckgefühl, Herzbeschwerden, Atemnot) auf, ist die Nr. 9 Natrium phosphoricum D6 die stets rasch wirkende Alternative. Wie die anderen Salze können Sie auch dieses Salz analog der „Heißen Sieben“ zubereiten und einnehmen lassen. ■

Günther H. Heepen,
Heilpraktiker und Autor

Efeu **NEU** gedacht **MUCOHELIX[®]** bei Husten



- ✓ **Naturbelassen**
Ohne künstliche Aromen
- ✓ **Ohne Alkohol**
- ✓ **Konzentrierte Formel**
Nur max. 4 ml pro Dosis
→ mind. 8 Tage Reichweite*
- ✓ **Moderne Zulassung**
Auf Basis der europäischen
Monographie (Stand 2015)

*Dosierung abhängig vom Alter

Mucohelix Sirup. Wirkstoff: 1 ml Sirup enthält 8,25 mg Trockenextrakt aus Efeublättern (4-8:1), Auszugsmittel: Ethanol 30% (m/m). Sonstige Bestandteile: Sorbitol-Lösung 70% (nicht kristallisierend), Xanthan, Kaliumsorbat, Citronensäure, gereinigtes Wasser. **Anwendungsgebiet:** Schleimlösendes pflanzliches Arzneimittel zur Anwendung bei produktivem Husten bei Erwachsenen, Jugendlichen und Kindern ab 2 Jahren. **Gegenanzeigen:** Überempfindlichkeit gegen einen Bestandteil, Kinder unter 2 Jahren, Schwangerschaft, Stillzeit. Patienten mit hereditärer Fructose-Intoleranz, Kombination mit hustenstillenden Arzneimitteln nur auf ärztlichen Rat. **Nebenwirkungen:** Übelkeit, Erbrechen, Diarrhoe, Hautausschlag, Urtikaria, Dyspnoe. Warnhinweis: Enthält Sorbitol. Boehringer Ingelheim Pharma GmbH & Co. KG, Ingelheim am Rhein. 2816 H2/16

MUCOHELIX[®]

Sie. Wir. Und Ihre Apotheke.