

Darm in Funktion

Alle Organ- und Stoffwechselfunktionen sind abhängig von einem ausgeglichenen Mineralstoffwechsel – so auch das Intestinum. Ob Diarrhö, Obstipation oder Flatulenzen – für fast alle **Darbeschwerden** gibt es das passende Salz.



© Sebastian Gorczowski / iStock / Getty Images

Das Darm-Mikrobiom ist derzeit eines der größten Forschungsgebiete in der Medizin. Es vergeht keine Woche, in der nicht über Neues zum Darm berichtet wird. Was die alten Naturheilkundler schon wussten, dass zum Beispiel Migräne, Allergien und ein gestörter Schlaf darmbedingt sein können, bekommt jetzt eine wissenschaftliche Bestätigung. Relativ neu sind die Erkenntnisse, dass Darmbakterien mit unseren Epithelzellen kommunizieren und Informationen austauschen. Es bleibt also spannend (weitere Informationen finden Sie in meinem Buch „Chaos im Darm“).

Meteorismus und Flatulenz

Dr. Schüssler, der geniale Oldenburger Arzt, hat schon vor fast 150 Jahren darauf hingewiesen, dass ein gestörter Mineralstoffhaushalt zu vielfältigen Darbeschwerden führt. So hilft Natrium phosphoricum, die Nr. 9, beispielsweise, Blähungen und damit auch das Roemheld-Syndrom zu beseitigen, weil es die Verseifung der Nahrungsfette fördert. Silicea trägt dazu bei, dass lästige Gase in sich zerfallen. Empfehlenswert sind beide Salze (auch als „Heiße Tasse“ zubereitet).

Schleimhautirritationen Ist die Darmschleimhaut „wund“, entzündet oder empfindlich,

zum Beispiel bei entzündlichen Darmerkrankungen (Colon irritabile, Colitis, M. Crohn), unterstützen die beiden Salze Nr. 3 Ferrum phosphoricum D12 und Nr. 4 Kalium chloratum D6 den Heilprozess. Bei akuten Beschwerden empfehle ich viertel- bis halbstündlich im Wechsel eine Tablette einnehmen zu lassen. Beim Reizdarm haben wir häufig eine psychische Komponente und hier hilft oft Schüsslers „Heiße Sieben“ (Magnesium phosphoricum) – auch mehrmals nacheinander im Abstand von einer halben Stunde. Bei entzündlichen Schleimhautbeschwerden ist zusätzlich die Nr. 21 Zincum chloratum D6 angezeigt und wenn chronische Entzündungen vorliegen analog des Entzündungsschemas die Nr. 6 Kalium sulfuricum D6.

Diarrhö Beim Durchfall kommen verschiedene Salze in Betracht. Bei Reisedurchfall und nach verdorbenen Speisen: Nr. 3 Ferrum phosphoricum D12; bei Durchfall nach Aufregung, Ärger oder Ängstlichkeit sowie bei übelriechendem Durchfall: Nr. 5 Kalium phosphoricum D6; bei sauer riechendem Durchfall (häufig bei Kindern, die Milch nicht vertragen): Nr. 9 Natrium phosphoricum D6; bei Durchfall mit Schmerzen und Krämpfen: Nr. 7 Magnesium phosphoricum D6; bei wässrig-schleimigem Durchfall: Nr. 8

Natrium chloratum D6; bei vorwiegend morgens auftretendem Durchfall: Nr. 10 Natrium sulfuricum D6; Durchfall mit gleichzeitig gelb-braun belegter Zunge, auch bei chronischen Durchfällen: Nr. 6 Kalium sulfuricum D6; bei wässrigem, blitzartig kommendem Durchfall mit schneidenden Bauchschmerzen: Nr. 19 Cuprum arsenicosum D6.

Obstipation Auch hier kommen verschiedene Salze in Frage. Generell bei Verstopfung: Nr. 10 Natrium sulfuricum D6 und Nr. 5 Kalium phosphoricum D6; falls das nicht hilft, empfehlen Sie die Nr. 10 Natrium sulfuricum D3 als „Heiße Zehn“. Lassen Sie äußerlich die Salbe Nr. 5 Kalium phosphoricum D4 in die Bauchhaut einmassieren. Bei Verstopfung mit trocken aussehendem Stuhl aufgrund mangelnder Bildung von Darmschleim (Mucin): Nr. 8 Natrium chloratum D6; bei kleinen und knolligen Stuhlmengen: Nr. 11 Silicea D12; bei hartem Stuhlgang mit trägem Darm: Nr. 3 Ferrum phosphoricum D12; bei nervöser Verstopfung, zum Beispiel vor oder nach einer Reise: Nr. 5 Kalium phosphoricum D6. ■

Günther H. Heepen,
Heilpraktiker und Autor