

Immunistark auf natürliche Weise

Ein intaktes Immunsystem ist in dieser Zeit wichtiger denn je. Coronabedingt beschäftigen sich viele Menschen mit ihrem Immunsystem. Schüssler-Salze für die **Abwehr** sind seit über 25 Jahren in einer bestimmten Kombination bekannt und bewährt.

Dr. Schüssler hatte mit den körpereigenen Abwehrmechanismen gegen Krankheiten wenig am Hut. Das lag vor allem daran, dass man die Abläufe im Immungeschehen Ende des 19. Jahrhunderts noch nicht kannte. Bis Mitte der 1990er Jahre fand man in den biochemischen Büchern auch keine Hinweise für eine intakte Abwehr. Durch Auswertungen von wissenschaftlich bestätigten Wirkungen der Mineralstoffe (u.a. von Dr. Siegfried Rilling, Tübingen; Dr. Wolfgang Bayer et al., Stuttgart, u.a.) im Immungeschehen fand ich die folgenden Mineralstoffe und Spurenelemente mit Immunsystemstärkenden Eigenschaften (immunmodulierend, immunstimulierend): Eisen, Kupfer, Magnesium, Silizium, Zink und Schwefel.

Bewährte Kur Aufgrund dieser Beschreibungen und durch meine Praxiserfahrungen ist das Immun-Schema entstanden, das in den vergangenen 25 Jahren Tausenden von Menschen geholfen hat. Und zwar nicht nur als Erkältungsschutz, sondern auch als vorbereitende Behandlung für Pollen-Allergiker. Zum Immun-Schema gehören diese

Salze: Nr. 3 Ferrum phosphoricum D12, Nr. 7 Magnesium phosphoricum D6 und Nr. 6 Kalium sulfuricum D6. Es gibt zwei Varianten für die Einnahme: Entweder werden die Salze für je zwei Wochen nacheinander eingenommen (zuerst die Nr. 3 für 14 Tage, dreimal zwei Tabletten; dann die Nr. 7 und anschließend die Nr. 6 - die Dosierung ist bei allen Salzen die gleiche). Die andere Möglichkeit ist, alle Salze an einem Tag einzunehmen, also morgens die Nr. 3, mittags die Nr. 6 und abends die Nr. 7 (jeweils zwei Tabletten).

Rechtzeitig beginnen Viele Patienten haben mir in den vergangenen Jahren berichtet, dass sie das Immun-Schema von November bis März praktizieren und in den Herbst-Winter-Monaten keine Probleme mit gripalen oder Virusinfekten hatten. Deshalb mein Tipp: Mit Ihrer Empfehlung für infektanfällige Apothekenkunden liegen Sie stets richtig und Ihre Kundinnen und Kunden werden es Ihnen danken.

Immun-Kur Eine Alternative zum Immun-Schema ist die Immun-Kur. Sie ist vor allem dann geeignet, wenn der Kunde schon öfters an hartnäckigen viralen

oder bakteriellen Infekten erkrankt war mit der Folge einer monatelangen Beeinträchtigung und Schwächung. Diese Salze sind Bestandteil der Immun-Kur (je Salz werden einmal täglich zwei Tabletten eingenommen): Nr. 3 Ferrum phosphoricum D12 (morgens), Nr. 17 Manganum sulfuricum D6 (mittags); Nr. 21 Zincum chloratum D6 (nachmittags) und Nr. 11 Silicea D12 (vor dem Schlafengehen). Diese Kur sollten Sie Ihren Kunden für eine Dauer von vier bis sechs Wochen empfehlen - sie kann jederzeit wiederholt werden.

Zusätzliche Empfehlung Die Schüssler-Salze für das Immunsystem Ihrer Kundinnen

und Kunden sind die eine Sache – unterstützend empfehle ich meinen Patientinnen und Patienten, von Herbst bis ins Frühjahr täglich die folgenden Vitalstoffe für die Abwehr einzunehmen (die Dosierungsangaben sind jeweils für Erwachsene): Vitamin C - pro Tag 1000 Milligramm, Selen 100 bis 200 Mikrogramm, Vitamin D 1000 bis 2000 Einheiten (I.U.) und Zink 15 bis 30 Milligramm täglich (max. über zwei Wochen). Tägliche Bewegung an der frischen Luft und gesunde Bio-Kost unterstützen zusätzlich die Abwehr! ■

*Günther H. Heepen,
Heilpraktiker und Autor*



© Viktor Marozuk / iStock / Getty Images Plus