



© ra2.studio / fotolia.com

Rasche Hilfe

Bei harmlosen Sportverletzungen sind die Schüssler Salze sanfte und bewährte Helfer, weshalb sie in keiner Hausapotheke fehlen sollten. Viele Sportler schwören darauf, da sie ihnen oft geholfen haben.

Bänderriss, Bänder- und Sehnenzerrung – bei Rupturen führt nichts an einer chirurgischen Intervention vorbei. Begleitend sollten Sie Ihren Kunden Schüssler Salze empfehlen, da sie den Heilprozess beschleunigen. Bei Zerrungen geht es primär um die Ruhigstellung – ebenso wichtig sind: Nr. 3 Ferrum phosphoricum D12 und die beiden Salben Nr. 3 und Nr. 11.

Blasen an den Füßen Oft sind falsches Schuhwerk, zu enge, neue und nicht eingelaufene Schuhe die Ursache. Damit die Beschwerden sich bessern, empfehle ich ein Pflaster, auf

das messerrückendick die Salbe Nr. 3 gestrichen wird. Innerlich wird ebenfalls Ferrum phosphoricum D12 eingenommen. Vorbeugend, damit es gar nicht erst zur Blasenbildung kommt, hat sich die Salbe Nr. 11 bewährt (zwei Mal täglich auftragen).

Gelenk- und Rückenschmerzen Sie können Zeichen von Überlastung oder beginnender Arthrose sein, die sich anfangs erst bei längerer Beanspruchung zeigt. Wichtig: Wurde eine Arthrose (Hüfte, Knie) diagnostiziert, sollte man mit dem Sport nicht aufhören. Vor 50 Jahren heilte der Sportarzt Dr. med. van Aaken mit Laufen

und Radfahren seine Arthrosepatienten durch Ausdauertraining. Er stellte fest, dass sich bei langsamer Steigerung der Leistung defekte Knorpelflächen regenerieren. Die folgenden Schüssler Salze sind bei Gelenk- und Rückenschmerzen wirksam: Nr. 2 Calcium phosphoricum D6 und Nr. 3 Ferrum phosphoricum D12. Lassen Sie außerdem mehrmals täglich die Salbe Nr. 11 einreiben.

Muskelkater Er entsteht durch Mikroverletzungen von Muskelfasern. Nach körperlicher Anstrengung treten Schmerzen an den besonders beanspruchten Muskeln auf. Muskelkater

lässt sich vermeiden, wenn Sie schon einen Tag vorher mit der Einnahme der Schüssler Salze beginnen und sie auch während der sportlichen Aktivität nehmen. Wichtig nach dem Sport: Heiß duschen und die Extremitäten mit der Lotion Nr. 11 einreiben. Das sind die Muskelkater-Prophylaxe-Salze: Vor und während des Sports sollte die Nr. 3 Ferrum phosphoricum D12 und Nr. 9 Natrium phosphoricum D6 im Wechsel eingenommen werden. Gegen die Schmerzen hilft: Nr. 7 Magnesium phosphoricum D6 als „Heiße Sieben“.

Sportunfälle Quetschungen, Prellungen und Hämatome verlangen nach dem Akutmittel Nr. 3 Ferrum phosphoricum D12 und der Salbe Nr. 3. Bei Knochenverletzungen sollten Sie an die Nr. 2 Calcium phosphoricum D6 und Salbe Nr. 2 (nicht bei offenen Frakturen) denken. Bei Sportverletzungen, die mit großer Schwäche einhergehen, ist die Nr. 5 Kalium phosphoricum D6 ein kleines Wundermittel.

Tennis- und Golfarm entstehen durch andauernde Belastungen an den Muskelansätzen. Die Beschwerden äußern sich in Druck- und Funktionsschmerz. Bei akuten Schmerzen ist die Nr. 3 (Nr. 3 Ferrum phosphoricum D12 und Salbe Nr. 3, als Umschlag) das Mittel der Wahl. ■

*Günther H. Heepen,
Heilpraktiker und Autor*

➤ Weitere Informationen finden Sie, wenn Sie diesen Artikel online unter www.pta-aktuell.de lesen!



WEBCODE: E3052

Die Innovation für diabetische Haut:

Die erste Pflegeserie aus der EUBOS Forschung mit speziell auf die diabetische Haut abgestimmten Wirkstoffen.

Die Haut von Diabetikern neigt durch einen erhöhten Serum-Glucosegehalt zu vorzeitiger Alterung. Eine beschleunigte Reaktion von hauteigenen Proteinen mit Zucker – ein natürlicher Alterungsprozess – hat letztlich auch eine beeinträchtigte Versorgung der Haut von innen sowie einen Verlust an Elastizität zur Folge. Auch ist häufig die hauteigene Bildung des schützenden Hydrolipidfilms eingeschränkt. Als Konsequenz ist ausgeprägte Hauttrockenheit (Xerosis), verbunden mit Rauigkeit und Juckreiz, ein häufiges Phänomen.

Endlich gibt es die besondere Pflege speziell für diabetische Haut

EUBOS, einer der führenden deutschen Hersteller medizinischer Hautpflege, hat mit der Serie DIABETISCHE HAUT PFLEGE auf Basis aktueller wissenschaftlicher Erkenntnisse Pflegeprodukte entwickelt, die speziell auf die Bedürfnisse diabetischer Haut abgestimmt sind.

Die Gesichtspflege

GESICHTSCREME ANTI AGE – Aktivcreme mit effektivem Zell- und Protein-Schutz gegen frühzeitige Hautalterung. Spezielle Wirkstoffe, wie Creatin, Radicare® und Trimoist®, spenden intensiv Feuchtigkeit, schützen zusätzlich vor Freien Radikalen und wirken Hautermüdung sowie der Entstehung vorzeitiger Fältchen entgegen.



Die Körperpflege

KÖRPERBALSAM ANTI XEROSIS spendet besonders intensiv Feuchtigkeit und wirkt aktiv ausgeprägter Hauttrockenheit (Xerosis) entgegen. Die Wirkstoffpflege mit Carnosin, Pheohydrane (spezieller Hydrokomplex mit Algenextrakten), Zink-PCA sowie Hamamelis-Panthenol-Komplex macht die Haut geschmeidiger und glatter, mindert Juckreiz und erhöht die Feuchtigkeit intensiv und nachhaltig. Die Wohlfühl Pflege mit angenehmen Duft verwöhnt und entspannt trockene, gereizte Haut.

Die Fuß & Bein Pflege

Bei der Hautpflege sollte der Diabetiker ein besonderes Augenmerk auf die Fuß- und Beinregion richten. FUß & BEIN MULTI ACTIV enthält zur intensiven Pflege und zum Schutz der Haut besondere Inhaltsstoffe mit dokumentierter Wirkung. LegActiv mit 3 ausgewählten Pflanzenextrakten wirkt belebend bei müden Beinen. Pheohydrane, Panthenol, Allantoin und natürliches Bisabolol sorgen für intensive, anhaltende Feuchtigkeit, wirken regenerierend und schützend. Decalact unterstützt die hauteigene Widerstandskraft und hat auch deodorierende Eigenschaften.

Die gute Verträglichkeit der EUBOS DIABETISCHE HAUT PFLEGE Produkte wurde dermatologisch getestet. Sie sind frei von PEG, Lanolin und Mineralöl.

Sprechen Sie jetzt gezielt Ihre Diabetes-Patienten an mit einer Empfehlung zur begleitenden Hautpflege.



Radicare®: eingetragene Marke, Rahn AG, Schweiz · Trimoist®: eingetragene Marke, MGB, Schweiz

MEDIZINISCHE HAUTPFLEGE | QUALITÄT AUS IHRER APOTHEKE