



# Unschlagbare Kombination



Übergewicht, chronische Krankheiten oder das Metabolische Syndrom animieren viele Menschen, einmal im Jahr zu fasten. Schüssler-Salze sorgen für den Turboeffekt beim Entschlacken und unterstützen den **Reinigungsprozess**.

**F**ür das Fasten ideal geeignet sind die Monate Februar bis April – hier wird im Körper wie in der Natur der Neubeginn nach dem Winter mit einem meist trägen Stoffwechsel eingeläutet. Das motiviert viele im Frühjahr etwas für Gewicht und Gesundheit zu tun. Alle Fastenarten haben eines gemeinsam: Den Körper reinigen und von Überflüssigem befreien. Schüssler-Salze sind bei allen Fastenkuren geeignet. Sie unterstützen die Reinigung durch Anregung der Darmperistaltik, der Diurese, des Galle- und Lymphflusses und des Leberstoffwechsels. In den Schüssler-Salzen Nr. 6 Kalium sulfuricum D6, Nr. 10 Natrium sulfuricum D6 und Nr. 12 Calcium sulfuricum D6 vereinigen sich alle relevanten Aspekte.

**Kalium sulfuricum für die Leber** Dieses Salz fördert die Zellneubildung durch die sauerstoffvermittelnde Anregung von Verbrennungsprozessen. Und es hilft, den Sauerstoff im Körper dorthin zu transportieren, wo er gebraucht wird. Deshalb nennt man die Nr. 6 auch den Sauerstoffüberträger. Alle Reparaturprozesse im Körper werden durch die Nr. 6 bewerkstelligt. Kalium sulfuricum unterstützt auch die Ausleitung von Giftstoffen, beispielsweise wenn der Gallefluss und damit die Lebertätigkeit angeregt werden soll. Sul-

fat-Salze haben Katalysatorfunktion. Sie geben unserem Körper den Kick, Belastendes loszuwerden.

**Glaubersalz scheidet aus** Die Nr. 10 Natrium sulfuricum D6 (Natriumsulfat) fördert ebenfalls Ausscheidungsprozesse im Körper. Es regt die Darmausscheidung an, entzieht dem Körper überflüssiges Wasser und reinigt das Bindegewebe und den Raum zwischen den Zellen (Interstitium) von Stoffwechselendprodukten. Deshalb wird dieses Salz als Klär-Salz bezeichnet. Im Körper finden wir es vorwiegend im extrazellulären Raum. Die ausscheidende Wirkung beruht auf der Fähigkeit des Sulfates sich an toxische Stoffe zu koppeln (Konjugation), sodass sie ausgeschieden werden können. Aus diesem Grund werden die Sulfat-Salze von mir zur biochemischen Sulfat-Kur (Nr. 6, Nr. 10 und Nr. 12) zusammengefasst.

Die Sulfate unterstützen auch die Ausschüttung von Gallensäuren, was wiederum den Verdauungsprozess anregt (Fettverdauung). Natriumsulfat bewirkt einen Einstrom von Wasser in den Darm, dadurch wird die Darmwand gedehnt und Rezeptoren melden an das Nervensystem: „Darm gefüllt, kann entleert werden“. Im Vergleich zu dem bei Fastenkuren gebräuchlichen Bittersalz (Magnesiumsulfat) wird Glaubersalz eher bei Leber-Galle-bedingten Verdauungs-

störungen eingesetzt, denn es regt den Gallefluss an. Die Nr. 10 der Schüssler-Salze hat überdies hinaus noch andere Wirkungen: Sie reguliert die Darmtätigkeit bei chronischem Durchfall und fördert die Bildung von Bauchspeichel.

**Calciumsulfat unterstützt** Die Nr. 12 Calcium sulfuricum D6 regt den Gallenfluss und die Entgiftung an. Es hilft bei Stoffwechselträgheit, Ausscheidungsschwäche der Entgiftungsorgane Darm, Lymphe, Leber/Galle und Nieren. Zusammen mit den anderen Salzen sind alle drei ein unschlagbares Team.

**Fastenkur-Special** Ich habe vor Jahren eine Kur entwickelt, die das Fasten noch intensiver unterstützt – sie ist alternativ zur Sulfatkur geeignet und regt den Stoffwechsel an, wirkt entsäuernd und vitalisierend. Lassen Sie die folgenden Salze einnehmen: Nr. 18 Calcium sulfuratum D6, Nr. 23 Natrium bicarbonicum D6, Nr. 2 Calcium phosphoricum D6, Nr. 6 Kalium sulfuricum D6 und Nr. 10 Natrium sulfuricum D6 – je Salz zwei bis vier Tabletten als Kur über sechs Wochen. ■

Günther H. Heepen,  
Heilpraktiker und Autor

