

Entspannt und gelassen

Unruhezustände, Ängstlichkeit und depressive Verstimmungen sind Teil unseres Lebens. Vor 150 Jahren erkannte Dr. Schüßler, dass ein ausgeglichener Mineralstoffhaushalt auch auf die **Psyche** ausgleichend wirkt.

Zu Dr. Schüßlers Zeiten war das Thema „Psyche“ eher ein Randgebiet der Medizin. Sigmund Freud machte erst Jahrzehnte später die Seele zum Thema und bis dahin hatten psychisch Kranke schwer unter den Therapien wie Elektroschocks, Kaltwasseranwendungen und im schlimmsten Fall Einkerkelung zu leiden. Neben Samuel Hahnemann, dem Begründer der Homöopathie, war Wilhelm Heinrich

Schüßler einer der wenigen Ärzte seiner Zeit, die sich auch mit der Psyche beschäftigten. Schüßler ging sogar so weit, zu behaupten, dass „krankhafte Zellen“ einen Einfluss auf das Seelenleben haben und zwar durch eine Störung des Mineralstoffhaushaltes. Damit hatte er Recht und war Vorreiter einer medizinischen Fachrichtung, die sich heute unter der Bezeichnung Orthomolekular-Medizin einen Namen gemacht hat.

Weniger ist mehr Häufig helfen die potenzierten Salze nach Schüßler, die kranke Seele wieder ins Lot zu bringen: Depressionen bessern sich, Angstzustände werden weniger und Unruhe, die oft ohne erklärbaren Grund auftritt, gehört plötzlich der Vergangenheit an. In den Schüßler-Salzen steckt mehr Potenzial, als wir uns vorstellen können und ich möchte Sie ermutigen, dieses Potenzial auch bei seelischen Beschwerden bei Ihren Kundinnen und Kunden auszuschöpfen.

Schüßlers Angst-Salze Bei Angsterkrankungen – auch unterstützend zur schulmedizinischen/psychotherapeutischen Therapie –, bei Angst vor Gewitter, Angst mit leichter Depression und bei Platzangst: Nr. 22 Calcium carbonicum D6; bei anfallartigen Angstattacken mit Panikgefühl und nächtlichen Angstanfällen (vor allem bei Kindern): Nr. 14 Kalium bromatum D6; bei Platzangst: Nr. 5 Kalium phosphoricum D6 (in Notsituationen als „Heiße Sieben“). Heftige Angst, Angst mit Aufregung, Zittern, Herzklopfen: Nr. 7 Magnesium phosphoricum D6 (in Notsituationen als „Heiße Sieben“); alle-

meine Ängstlichkeit: Nr. 6 Kalium sulfuricum D6; Angst vor spitzen Gegenständen: Nr. 11 Silicea D12; Angst vor Krankheiten (Hypochondrie): Nr. 8 Natrium chloratum D6; große Angst, auch Todesangst mit Melancholie: Nr. 13 Kalium arsenicosum D6.

Depressionen Bei allen Formen von Depressionen, auch unterstützend zur ärztlichen Behandlung: Nr. 5 Kalium phosphoricum D6; wenn das nicht hilft und bei Depression mit Ängstlichkeit: Nr. 6 Kalium sulfuricum D6; bei schweren Depressionen, die in Schüben auftreten – unterstützend zur ärztlichen Medikation: Nr. 16 Lithium chloratum D6. Alters- und Wechseljahre-Depressionen, auch mit Schlafstörungen: Nr. 11 Silicea D12; Depressionen in der Pubertät, oft bei Mädchen: Nr. 2 Calcium phosphoricum D6. Depressionen mit Kummer, Hoffnungslosigkeit und häufigem Weinen: Nr. 8 Natrium chloratum D6; wenn mit wechselnder Erregung: Nr. 21 Zincum chloratum D6; mit aggressivem Verhalten, Unruhe, Anspannung: Nr. 7 Magnesium phosphoricum D6; plötzlich auftretende Depression ohne erkennbaren Grund: Nr. 14 Kalium bromatum D6 und Nr. 17 Manganum sulfuricum D6; Depression nach Kopfverletzung: Nr. 10 Natrium sulfuricum D6. Bei Unruhezuständen: Nr. 7 Magnesium phosphoricum D6 – zweimal täglich als „Heiße Sieben“ und Nr. 21 Zincum chloratum D6. ■

*Günther H. Heepen,
Heilpraktiker und Autor*



© fizkes / iStock / Getty Images

SCHNELL RUHE BEI REIZHUSTEN

- Das komplette Sortiment für Ihre Empfehlung
- Leitliniengerechte Therapie bei Reizhusten¹
- Silomat® Saft und Tropfen wirken leicht bronchienerweiternd (für Asthma – und COPD-Patienten geeignet)

Die **NR.1*** GEGEN REIZHUSTEN



Silomat®
Pentoxyverin
Saft



Silomat®
Pentoxyverin
Tropfen



Silomat® DMP
Medizinische
Lutschpastillen



Silomat® DMP
INTENSIV
Kapseln

GRATIS-ONLINE-TRAINING ABSOLVIEREN: WWW.SELFMEDIC.DE

¹ Kardos et al, Leitlinie der Gesellschaft für Pneumologie und Beatmungstechnik zur Diagnostik und Therapie von erwachsenen Patienten mit akutem und chronischem Husten, Pneumologie 2019; 73: 143–180 (nur für Dextromethorphan)
* IMS OTC® Report Apotheke / IMS® GesundheitsMittelStudie (GMS) Apotheke; MAT 04/2019; 01A3 Produkte bei trockenem Husten, nach Umsatz und Absatz.

Silomat® gegen Reizhusten Pentoxyverin Saft, 2,13 mg/ml. Silomat® gegen Reizhusten Pentoxyverin Tropfen 30 mg/ml. Wirkstoff: Pentoxyverincitrat. **Stoff:** Bestand.: *Silomat® gegen Reizhusten Pentoxyverin Saft:* Citronensäure-Monohydrat, Natriumcitrat-Dihydrat, Glycerol, Propylenglycol, Sorbitol, Saccharin-Natrium, Methyl- und Propyl-4-hydroxybenzoat, Aromen, gereinigtes Wasser. *Silomat® gegen Reizhusten Pentoxyverin Tropfen:* Propylenglycol, Saccharin, Aroma, gereinigtes Wasser. **Anw.-geb.:** Zur symptomatischen Behandlung des Reizhustens. **Gegenanz.:** Überempfindlichkeit gegen einen Bestandteil, Ateminsuffizienz, ZNS-Depression, Leberinsuffizienz, Schwangerschaft, Stillzeit, Kinder unter 2 Jahren. Nur nach Nutzen-Risiko-Abwägung: produktiver Husten mit erheblicher Schleimproduktion, asthmatischer Husten, Niereninsuffizienz, ältere Patienten, erhöhte Empfindlichkeit gegenüber anticholinergen Wirkungen. **Nebenw.:** Somnolenz, Krampfanfälle, Dyspnoe, Atemdepression, Oberbauchschmerzen, Diarrhö, Übelkeit, Erbrechen, angioneurotisches Ödem, Urtikaria, Exanthem, Fatigue, Überempfindlichkeitsreaktionen bis hin zu anaphylaktischen Reaktionen. **Warnhinw.:** *Silomat® gegen Reizhusten Pentoxyverin Saft:* Enthält Methyl- und Propyl-4-hydroxybenzoat, Sorbitol. **Apothekenpflichtig. Sanofi-Aventis Deutschland GmbH, 65926 Frankfurt am Main. Stand:** Februar 2018 (SADE.BISO8.19.07.1897)

Silomat® DMP 10,5 mg Lutschpastille. Silomat® DMP gegen Reizhusten 10,5 mg Lutschpastille. Silomat® DMP INTENSIV gegen Reizhusten 30 mg Hartkapsel. Wirkstoff: Dextromethorphanhydrobromid-Monohydrat. **Stoff:** Bestand.: *Silomat® DMP:* Betadex, Arabisches Gummi, Natriumcyclamat, Saccharin-Natrium, Chinolingelb (E104), Aromen, Levomenthol, Citronensäure, Maltitol, dünnflüssiges Paraffin, gebleichtes Wachs, gereinigtes Wasser. *Silomat® DMP gegen Reizhusten:* Betadex, Arabisches Gummi, Honig, Saccharin-Natrium, Citronensäure, Maltitol, Aromen, dünnflüssiges Paraffin, gebleichtes Wachs, gereinigtes Wasser. *Silomat® DMP INTENSIV gegen Reizhusten:* Mikrokristalline Cellulose, Lactose-Monohydrat, Magnesiumstearat, Gelatine, Titandioxid (E171). **Anw.-geb.:** Zur symptomatischen Behandlung des Reizhustens. **Gegenanz.:** Überempfindlichkeit gegen einen Bestandteil, gleichzeitige Anwendung von MAO-Hemmern, Asthma bronchiale, COPD, Pneumonie, Ateminsuffizienz, Atemdepression, Stillzeit, chronischer Husten, Kinder unter 6 Jahren (*Silomat® DMP und Silomat® DMP gegen Reizhusten*) bzw. 12 Jahren (*Silomat® DMP INTENSIV gegen Reizhusten*). Nur nach Nutzen-Risiko-Abwägung: eingeschränkte Leber- und Nierenfunktion, Mastozytose, Einnahme von Antidepressiva, Schwangerschaft, produktiver Husten mit erheblicher Schleimproduktion (z. B. zystische Fibrose), erheblich eingeschränkter Hustenreflex. **Nebenw.:** Überempfindlichkeitsreaktionen, fixes Arzneimitteloxanthem, Schwindelgefühl, Somnolenz, Fatigue, Halluzinationen, bei Missbrauch Entwicklung einer Abhängigkeit, Übelkeit, Magen-Darm-Beschwerden, Erbrechen. **Zusätzlich bei Silomat® DMP:** Levomenthol-Überempfindlichkeitsreaktionen (einschließlich Atemnot). **Warnhinw.:** *Silomat® DMP:* Enthält Maltitol und Levomenthol. *Silomat® DMP gegen Reizhusten:* Enthält Maltitol-Lösung und Invertzucker (aus Honig). *Silomat® DMP INTENSIV gegen Reizhusten:* Enthält Lactose. **Apothekenpflichtig. Sanofi-Aventis Deutschland GmbH, 65926 Frankfurt am Main. Stand:** Juni 2017 (SADE.BISO8.17.05.1100(1)) 1901_SIL_A–SADE.BISO8.19.08.2247