

# Magnesium phosphoricum D6

Das **Schüßler-Salz Nr. 7** ist das wichtigste Funktionsmittel bei Krämpfen, Schmerzen und innerer Erregung. Es wirkt sedierend und wird auch bei Unruhe, Aggressivität, Hautjucken und Schlafstörungen mit Erfolg verordnet.

**Magnesiumphosphat: herausragende Bedeutung!** Ohne Magnesium wäre keine Übertragung von Nervenimpulsen möglich, die Muskelkontraktion würde nicht funktionieren und über 300 Enzym-gesteuerte Vorgänge könnten nicht zustande kommen. Zusammen mit Kal-

Energiegewinnung aus Glukose beteiligt. Es kommt nicht nur in Nerven, Muskeln und im Gehirn vor, sondern auch in den Knochen (neben Kalzium, Silizium und Phosphat). Deshalb ist es beispielsweise adjuvant bei Osteoporose und -malazie sehr wichtig. Ein Magnesiummangel

kel übertragenen Impulse – das vermindert die Krampfintensität.

**Die „Heiße Sieben“** Magnesium phosphoricum ist als „Heiße Sieben“ in die Geschichte der Biochemie eingegangen. Das resultiert aus dem damaligen erfolgreichen Versuch, die Nr. 7 in heißem Wasser aufgelöst und höher dosiert (zehn Tabletten) bei Schmerzen und Krämpfen zu geben. Neben der krampf- und schmerzstillenden Wirkung bei Rücken-, Kopf- sowie Zahn- und Gliederschmerzen hilft die Nr. 7 auch bei den folgenden Beschwerden: Neuralgien wie Trigeminusneuralgie (ein Indiz für dieses Salz sind blitzartig einschießende Schmerzen), Myogelosen und generell bei Muskelverspannung (Salz und Salbe) wie im Schulter-Nackengebiet – außerdem bei Kribbelgefühl in den Extremitäten sowie dem nervösen Tic.

**Bei Krämpfen der Hohlorgane** Die Nr. 7 ist außerdem angezeigt bei Magen- und Darmkrämpfen, auch bei damit verbundenen schmerzhaften Blähungen sowie bei Krämpfen von Kindern während des Zahndurchbruchs – alternativ zur Nr. 2 Calcium phosphoricum D6. Denken Sie auch an die Nr. 7 bei Gefäßkrämpfen (Migräne) und schmerzhaften Kontraktionen der Gebärmutter während der Menstruation. Beachten Sie auch an den Schmerzcharakter der Nr. 7: Schmerzen, die auf Mag-

nesium phosphoricum ansprechen, verschlimmern sich bei Berührung und bessern sich durch Druck oder Wärme. Beachten Sie, dass dieses Salz ebenso bei Befindlichkeitsstörungen hilfreich ist: Dazu zählen Schluckauf, Nervosität, Anspannung, Erregung, Unruhe, beispielsweise bei Hyperaktivität, Hysterie und Einschlafstörungen; nervös bedingt auftretende Beschwerden wie Durchfall, Blasenschwäche (z. B. vor einer Prüfung) und dem Globusgefühl.

**Auch bei Hustenanfällen und empfindlicher Haut** Magnesium phosphoricum hilft auch bei Reiz-, Kitzel- und Krampfhusten, Hautjucken und sensibler, empfindlicher Haut. Bei Kindern habe ich gute Erfahrungen gesammelt, wenn die für einen Mangel an der Nr. 7 auffällige Wangenröte vorliegt. Auch bei Lernmüdigkeit und Kraftlosigkeit von Kindern sollten Sie an die Nr. 7 denken. Unterstützend zur ärztlichen Behandlung empfehle ich die Nr. 7 bei Blasenkrämpfen, Gallenblasen- und Nierenkoliken und nervösen Herzbeschwerden (Herzneurose). Bei Asthma bronchiale schwöre ich auf mein Asthma-Schema: Morgens Nr. 5, mittags Nr. 6 und abends Nr. 7 – jeweils als „Heiße Sieben“. ■

Günther H. Heepen,  
Heilpraktiker und Autor



© R.Scheiwiler / www.fotolia.com

Die Nr. 7 ist hilfreich bei Frauen, die unter dem Prämenstruellen Syndrom leiden – vorzugsweise als „Heiße Sieben“.

zium regelt Magnesium die Durchlässigkeit der Zellmembranen – dadurch werden Nährstoffe in die Zelle und „Schlackenstoffe“ aus der Zelle transportiert. In der Zelle ist Magnesium außerdem an der

oder eine Verteilungsstörung, wie es Dr. Schüßler formulierte, zeigt sich in Erschöpfung, Konzentrations- und Sehstörungen sowie Zuckungen und Krämpfen. Magnesiumphosphat verlangsamt die vom Nerv zum Mus-