

Mineralstoffe – Bausteine der Gesundheit

Mit 60 % stellt Wasser den grössten Anteil unseres Körpergewichts dar, gefolgt von 17 % Eiweiss und 14 % Fett.

Mit 6 % stellen ebenfalls die Mineralstoffe einen erheblichen Anteil der Körpermasse dar. Rund 1 Kilo Calcium lagert unser Körper ein, gefolgt von Phosphor, Schwefel, Kalium, Natrium, Chlor u.a.

Die Bedeutung der Mineralstoffe

Im Körper gibt es keinen Vorgang, keine Veränderung und Leistung ohne dass auch Mineralstoffe gebraucht werden.

Grundsätzlich ist der Körper in der Lage, den benötigten Mineralstoffbedarf aus der Nahrung zu decken. Durch unausgewogene Ernährung, genetischer Veranlagung, Vergiftungen aus div. Nahrungsmitteln und Kosmetika oder auch Muskelarbeit, Schwangerschaft, Wechseljahre u.a. können aber Mängel an einzelnen Mineralstoffen entstehen. In dieser Situation ist der Körper gezwungen viele wichtige Stoffwechselfvorgänge auf Sparflamme zu stellen. Bei erheblichen Mängeln sind einzelne Funktionen überhaupt nicht mehr möglich. Um aber an die dringend benötigten Mineralstoffe zu kommen, fängt der Organismus an, die eingelagerten Speicher abzubauen. Zur Calciumbeschaffung werden beispielsweise die Reserven in den Knochen und Gefässwänden angezapft, Kalium wird aus dem Bindegewebe entnommen und für Eisen werden die Depots in der Leber, Milz und Knochenmark abgebaut. Diese Plünderungen führen im Laufe der Zeit unweigerlich zu Krankheiten in den betroffenen Körperteilen.

Grobstoffliche Zufuhr der fehlenden Mineralien mit Präparaten führt aber leider nicht zu einem Ausgleich des Mangels, weil diese kaum in die einzelnen Körperzellen gelangen können und ungenutzt wieder ausgeschieden werden.

Klinische Beobachtungen haben gezeigt, dass es sinnvoller ist, die angegriffenen Speicher mit biochemischen Funktionsmitteln (Schüssler-Salzen) aufzufüllen. Bei der Herstellung werden diese Mittel verdünnt und verschüttelt. Dadurch können diese vom Organismus besser erkannt und somit besser aufgenommen werden.

Die vielfältigen Anwendungsmöglichkeiten und die verblüffende Wirkung bei akuten und chronischen Krankheiten haben die Schüssler-Salze in den letzten Jahren zu einer der beliebtesten alternativen Heilmethoden überhaupt gemacht.