

## Schüssler celzouten en pijn in de gewrichten.

Pijn in de gewrichten komt heel veel voor, kijk maar eens om je heen en je ziet veel mensen moeilijk lopen. Meestal zijn dit ouderen, maar ook op jongere leeftijd kun je door je rug gaan, een blessure oplopen etc. Reuma en artrose, de meest voorkomende oorzaken voor pijn in de gewrichten kunnen weliswaar behandeld worden met pijnstillers en ontstekingsremmers, maar deze hebben vaak vervelende bijwerkingen.



Ook de moderne geneeskunde heeft haar grenzen en steeds meer mensen gaan dan ook op zoek naar nieuwe mogelijkheden om hun levenskracht te versterken. De opkomst van een al zeer lang bestaande behandeling, namelijk met Schüssler celzouten is daar het bewijs van. Ze zijn ideaal voor instandhouding van de gezondheid en ondersteunen zo de genezing. Kortom: een overzichtelijke geneeswijze zonder bijwerkingen.

De basis voor deze geneeswijze werd in 1858 gelegd door prof. Virchow, een collega van Dr. Schüssler: hij stelde dat de kern van ziekte de ziekelijke verandering van cellen is en dat deze ziekte in de cel ontstaat door het verlies van celzouten. Dr. Schüssler formuleerde dit als volgt: 'door de ontbrekende celzouten aan te vullen wordt de stoornis in de gezondheid opgeheven'.

De Schüssler methode is gebaseerd op het feit dat de 12 celzouten in in de juiste verhouding tot elkaar onontbeerlijk zijn voor een gezonde functie van de cellen. Is dit niet het geval, dan kan het tot tekorten leiden die zowel bij acute als bij chronische ziekten een sleutelrol vervullen.

Door een gelukkig toeval kwam ik jaren geleden in aanraking met de Schüssler celzouten. Tijdens een vakantie in Duitsland raakte ik in gesprek met een therapeut die al jaren allerlei vormen van natuurgeneeskunde toepaste. Het viel haar op dat ik een donkerblauwe verkleuring in mijn beide ooghoeken had en zij vroeg mij of ik me vaak moe en slap voelde.

Dat was in die tijd inderdaad het geval en ik slikte al geruime tijd een ijzerpreparaat, wat als bijwerking maagklachten en obstipatie had. Zij wees mij op het bestaan van de celzouten en dacht op basis van de verkleuring in mijn gezicht dat ik nr.3 ferrum phosphoricum nodig zou hebben.

Ik begon met het in mijn mond laten smelten van de nr. 3 tabletjes... ze waren meteen opgelost, een teken dat ik dit celzout erg nodig had. Kortom: elke dag liet ik zo'n 20-30 tabletjes smelten onder mijn tong en na een paar dagen voelde ik me als herboren: fit en energiek. Ik werd zo enthousiast over deze methode dat ik me door het volgen van seminars en door me aan te sluiten bij de BBD (Biochem. Bund Deutschland) verder heb bekwaamd in deze buitengewoon effectieve therapie.

Volgens Schüssler geldt de wet van het minimum: als er een celzout ontbreekt, dan kan de mens niet volledig gezond en vitaal zijn, anders gezegd: Hoe "slechter" het gaat met een persoon, hoe minder verschillende celzouten diegene nodig zal hebben. Maar hij zal van het meest ontbrekende celzout juist een grote hoeveelheid nodig hebben (in mijn geval was dit nr.3).

Daarentegen: Hoe gezonder een persoon is, des te meer verschillende celzouten kan hij gebruiken, maar dan zijn kleinere hoeveelheden voldoende (bijvoorbeeld 3 x 2 tabletten per dag).

Nu terugkomend op gewrichtsklachten:

Het is juist bij degeneratieve processen in de gewrichten belangrijk en zinvol om de mineraalhuishouding en de elasticiteit van het kraakbeen en de productie van synovia (gewrichtssmeer) op peil te houden. Op deze manier kan de afbraak van kraakbeen gestopt- en de regeneratie ervan bevorderd worden.

Hulp hierbij krijg je door de celzouten van Schüssler in te zetten, die voor de gezamenlijke celfunctie onontbeerlijk zijn.

Daarbij komt dat de tabletten en ook de zalven geen bijwerkingen hebben en kunnen worden toegepast me samen met andere medicatie en behandelingen.

Enkele celzouten hebben een bijzonder vermogen: ze kunnen volledig tegengestelde klachten opheffen. Een voorbeeld hiervan is Natrium Chloratum (nr.8). Dit celzout werkt zowel bij nat als bij droog eczeem, bij natte als bij droge slijmvliezen. Denk aan waterige ogen, een loopneus, maar ook aan bijvoorbeeld obstipatie met droge "schapenkeutels". Voor deze klachten is nr. 8 aangewezen.

Ook in het geval van artrose, waarbij dus gebrek is aan gewrichtssmeer kan Natrium Chloratum, nr. 8 ingezet worden.

Belangrijke Schüssler celzouten bij gewrichtspijnen zijn:

- Calcium Fluoratum, nr. 1. Verbeterd de elasticiteit van het gewrichtskraakbeen Dit celzout is moet wel langdurig worden gebruikt, het is een langzaam werkend middel. Vooral in te zetten bij artrose, osteoporose, verkromming van de ruggengraat, beschadigingen van de tussenwervelschijven. Samen met Silicea nr.11 een goede combinatie
- Calcium Phosphoricum, nr. 2. Nodig voor de stabiliteit van de botten.
- Ferrum Phosphoricum, nr. 3. Bij akute ontstekingen en ter versterking van het immuunsysteem. Stijve nek, aanval van spit. Geschikt bij alle pijnen die met hitte, zwelling, roodheid gepaard gaan.
- Kalium Chloratum D6 nr.4. Als er een tekort is aan dit celzout dan uit dat zich door ziekelijke veranderingen in de weefsels, o.a. in de spieren van het skelet, maar ook in de hartspier. Ook scheiden de slijmvliezen bij gebrek aan Kalium Chloratum slijm en vezels af op een ongezonde wijze, waardoor het gewrichtssmeer zich verdikt. Wordt dit gebrek opgelost dan ondersteunt nr.4 het herstelproces bij chronische gewrichtsproblemen. Geschikt bij bursitis en peesontsteking.
- Magnesium Phosphoricum, nr. 7. Werkt pijnstillend en ontspannend. Vooral geschikt bij borende of krampende pijn. Ook "schieterende" pijn reageert goed op dit celzout. Vooral als "heisse sieben" zeer werkzaam (10 tabletten nr.7, opgelost in heet water).
- Natrium Chloratum, nr.8 verbetert de vochthuishouding in de cellen en stimuleert de aanmaak van gewrichtssmeer.
- Natrium Phosphoricum, nr. 9 remt de verzuring en daardoor ook de afbraak van kraakbeen. Men heeft ook vaak last van brandend maagzuur. Het zijn vaak mensen die wat mismoedig zijn en ook hun reacties zijn vaak wat "zuur".
- Natrium Sulfuricum, nr. 10 kan ingezet worden bij zwellingen en bij de vorming van overmatig vocht, vooral bij artrose van de knie. Dit middel past het beste bij corpulente mensen.
- Silicea, nr. 11. Zorgt voor een gezonde samenstelling van het kraakbeen,het bevordert de oplossing van urinezuren en bevordert de aanmaak van afweercellen. Werkt goed samen met Calcium fluoratum, nr. 1.
- Calcium Sulfuricum is geschikt bij jicht en reumatiek. Dit celzout neutraliseert zuren.

#### **Dosering:**

Bij acute pijnen laat je elke 5 minuten een tablet in je mond uiteenvallen\*

In chronische gevallen neem je 7 tot 10 tabletten per dag.

\*Ook hier geldt dat je bij plotseling acute en zeer hevige klachten het beste een arts kunt raadplegen.

Micha Iedema,  
Praktijk voor Yoga, meditatie en natuurgeneeswijzen  
Tel: 06-21818809  
[www.kleurinjeleven.nu](http://www.kleurinjeleven.nu)