

## Sali di Schuessler

### Cosa sono

La terapia biochimica di Schuessler si basa su 12 rimedi minerali inorganici, correlati a quelli presenti nei tessuti cellulari, preparati sotto forma di diluizione omeopatica (decimale Hanemanniana). Ad ogni sale corrispondono problematiche causate dalla carenza dello stesso. Questi 12 Sali minerali sono delle triturazioni di polveri che sono state sottoposte alla dinamizzazione omeopatica ed hanno la proprietà di catalizzare certe reazioni biochimiche. Solitamente vengono utilizzati alla sesta diluizione (D6), che ha il pregio di produrre una rapida ed intensa accelerazione dei processi difensivi, depurativi e metabolici.

Nei processi morbosi la quota di sali minerali contenuta nelle cellule generalmente si riduce. La somministrazione dei Sali di Schuessler tende a riequilibrare tale concentrazione e aiuta così l'organismo a reagire in modo ottimale alla malattia.

I sali di Schuessler sono particolarmente utili nelle malattie acute, avendo il pregio di abbreviare spesso notevolmente il decorso di molte sindromi infettive, accelerando così la guarigione.

Costituiscono validamente un trattamento piuttosto semplice da applicare (la scelta del rimedio viene effettuata solo tra 12 Sali) e dai costi contenuti. Il suo impiego, differentemente da altri sistemi di cura, non richiede peraltro numerose precauzioni, a fronte però di risultati generalmente incoraggianti. È sempre però utile tener presente che i problemi meno banali richiedono in ogni caso la supervisione di un professionista esperto.

### Suddivisione e funzioni dei Sali

In rapporto alle proprietà sull'organismo i Sali di Schuessler si possono suddividere come segue:

- Sulfurici (per abbreviazione convalescenze e per depurare)
- Fosforici (per energizzare),
- Fluorici (per migliorare il ricambio e l'eliminazione),
- Muriatici (per stimolare la funzionalità digestiva).

Ad essi va affiancata la Silicea (per le infezioni e per rinforzare la struttura).

### Alcune indicazioni d'uso

N°1 - CALCAREA FLUORICA D12 (Fluorite, fluoruro di calcio, calcarea fluorica)

Rende nuovamente elastici i tessuti irrigiditi e ridà il giusto tono dove c'è cedimento.

Questo sale è coinvolto nella formazione delle ossa, dello smalto dei denti e delle fibre elastiche di tutti i tessuti. È indicato in tutti i disturbi riconducibili ad una perdita di elasticità quali ad esempio varici venose, emorroidi, prolasso uterino, dilatazione del cuore, indurimenti ghiandolari o di altri organi. È usato validamente nella tendenza alle carie e per rinforzare i piccoli vasi. Inoltre, è impiegato nel caso di espettorazione difficile con presenza di catarro giallognolo. È un rimedio lento ad agire e va assunto per lunghi periodi.

N°2 - CALCAREA PHOSPHORICA D6 (Fosfato acido di calcio)

Ricostruzione e rigenerazione, crescita e sviluppo, ipereccitazione muscolare e nervosa.

Abbonda in tutto l'organismo ed è particolarmente importante per la corretta formazione, l'integrità e la resistenza dell'apparato scheletrico. È presente anche nel succo gastrico e svolge un ruolo importante nella digestione. Ha un'azione tonica e ricostituente, favorendo anche la produzione dei globuli rossi. Valido nell'anemia, negli spasmi, durante la dentizione quando i denti tardano ad uscire, nelle carie precoci, nella convalescenza dopo malattie debilitanti, nei ritardi di crescita dei bambini, nelle infezioni delle ossa, nelle fratture, in alcune patologie della colonna vertebrale, nelle affezioni reumatiche delle articolazioni, nelle ipertrofie delle tonsille e della tiroide e nella diarrea dei bambini. Ottimo anche in caso di disturbi mestruali e nella gravidanza. Lombaggini, nevralgie, infiammazioni muscolari, ispessimento dei tessuti, carie dentaria, varici, ulcere varicose, periostiti.

Anemia, insonnia, leucorrea, diarrea, seborrea ed eczema. Disturbi dell'ossificazione: rachitismo, carie dentaria (durante la gravidanza) crescita ritardata.

N°3 - FERRUM PHOSPHORICUM D12 (Fosfato di ferro)

Febbre, infiammazioni (primo stadio), dolori, migliora l'ossigenazione del sangue e dei tessuti.

È il sale del primo stadio di ogni processo infiammatorio e congestizio. Nel caso di affezioni localizzate, le parti affette sono arrossate, calde e asciutte. A livello generale, può esserci febbre, viso congesto e sete. È un eccellente rimedio delle sindromi febbrili e di molte affezioni infiammatorie (sinusiti, bronchiti, cistiti, etc.) acute. È ottimo in caso di traumatismi e dopo gli interventi chirurgici. È un rimedio prezioso che non deve mai mancare nella piccola farmacia familiare. I sintomi che richiamano questo sale peggiorano col movimento, durante la notte, col caldo e migliorano col freddo.

Emorragia, anemia. Mal di testa. Leucorrea. Mal di gola. Infiammazione con febbre e congestione della testa come otite media acuta, broncopneumite. Reumatismi muscolari e articolari. Gastroenterite.

N°4 - KALIUM MURIATICUM D6 (Cloruro di potassio)

Infiammazioni (secondo stadio), gonfiore e dolore susseguente, catarro.

Questo sale rappresenta il secondo stadio del processo infiammatorio, quando subentra l'infiltrazione e l'essudazione. È un valido rimedio nello stadio catarrale che segue ad una infiammazione acuta. Il catarro ha un aspetto denso, fibrinoso ed è bianco o grigiastro. Anche la lingua è coperta da una densa patina bianco-grigiasta. Mostra efficacia negli stati catarrali cronici delle alte e basse vie respiratorie (in particolare nel catarro tubarico), nella diarrea cronica, nelle perdite vaginali e in alcune forme di dermatite.

Gastroenterite con lingua biancastra, vomito, diarrea. Emorroidi e stitichezza. Gonfiamento delle ghiandole linfatiche. Polmonite, asma. Cistite cronica, leucorrea. Congiuntivite. Foruncoli.

N°5 - KALIUM PHOSPHORICUM D6 (Fosfato di potassio)

Esaurimento nervoso, insonnia, stanchezza e debolezza marcata, calo del tono dell'umore.

E' il sale specifico del sistema nervoso. Trova applicazione in diverse patologie neurologiche, ma anche nella mancanza di vitalità, nell' "esaurimento nervoso" e nella depressione. Nel caso di febbre alta, si accompagna a Ferrum phosphoricum. Tra l'altro, è anche indicato nella predisposizione dei bambini a perdere sangue dal naso (epistassi), nell'asma, nell'incontinenza urinaria, nell'insonnia e nella gastropatia nervosa. Affaticamento muscolare con dolori dorsali. Affaticamento mentale, nevralgia, esaurimento (specialmente dopo infezioni). Depressione, insonnia.

N°6 - KALIUM SULFURICUM D6 (Solfato di potassio)  
Infiammazione cronica (terzo stadio).

Questo sale rappresenta il terzo stadio del processo infiammatorio ed è indicato per tutte le infiammazioni croniche. In generale, facilita l'escrezione e la disintossicazione. Caratteristiche sono le secrezioni gialle, acquose e appiccicose. La lingua ha un deposito giallastro. E' indicato nelle bronchiti croniche, nella pertosse, in alcune affezioni della pelle, nei disturbi digestivi, nel catarro intestinale, nelle perdite vaginali e nelle congiuntiviti. E' anche indicato nelle irregolarità del ciclo. Tutti i disturbi peggiorano in una stanza calda e verso la sera, migliorano col fresco e all'aria aperta.

Infezioni accompagnate da secrezioni gialle mucose, bronchiti, laringiti, faringiti, sinusiti. Otitis, congiuntivite.

N°7 - MAGNESIUM PHOSPHORICUM D6 (Fosfato acido di magnesio)

Insonnia con iperattività mentale, spasmi e crampi.

La carenza di questo sale fa contrarre le fibre muscolari e genera contratture, spasmi e convulsioni. Tra i Sali di Schuessler, è il rimedio antispastico per eccellenza. Interviene anche in molti disturbi dei nervi. E' particolarmente indicato nei soggetti molto nervosi dall'aspetto magro, asciutto e, a volte, emaciato. Il tipo magnesio è sempre fiacco, stanco e facilmente affaticabile. Le indicazioni di Magnesio ph sono numerose: tutti i tipi spasmi, nevralgie varie tra cui sciatalgia, palpazioni nervose, pertosse, asma ed epilessia. I dolori arrivano come lampi, intensi e in successione. Possono cambiare sede, sono peggiorati dal freddo, dalle applicazioni di acqua fredda e dal tocco. Il caldo, le frizioni e la flessione li migliorano. Gli episodi acuti spesso si presentano con grande prostrazione, a volte con abbondante sudorazione.

Spasmi dolorosi dei muscoli lisci degli organi cavi: stomaco, intestino, vescica.

N°8 - NATRIUM MURIATICUM D6 (Cloruro di sodio)

Costruzione di tessuti nuovi, dei globuli rossi e digestione.

Questo sale è presente in ogni parte liquida e solida del nostro organismo. E' un sale assolutamente essenziale per la vita. Mentre il potassio si trova prevalentemente nelle cellule, circa la metà del sodio totale si trova nel liquido extracellulare. La sua funzione è quella di regolare il grado di idratazione delle cellule. Quando è carente abbiamo turbe nella distribuzione dell'acqua nel corpo, che può tradursi in una eccessiva secchezza di alcuni tessuti e una eccessiva acquosità in altri. La somministrazione di Natrium mur ristabilirà l'equilibrio. Agisce sul sistema linfatico, sul sangue, sul fegato, sulla milza e sulle mucose del tratto gastrointestinale. E' indicato in presenza di eccessiva salivazione e lacrimazione, nel caso di vomito e diarrea. Le secrezioni sono acquose e trasparenti. A volte schiumose. Anche a livello della cute, le lesioni, spesso vescicolose, gemono un liquido trasparente e acquoso. Rinite cronica, bronchite, enterite cronica, stitichezza cronica. Eczema, seborrea.

N°9 - NATRIUM PHOSPHORICUM D6 (Solfato biacido di sodio)

Dolori susseguenti a sforzo.

Grazie a questo sale l'acido lattico è scomposto in acido carbonico e acqua. L'acido carbonico è eliminato attraverso i polmoni. Natrium ph ha il potere di ridurre gli eccessi di zuccheri nel sangue. E' anche indicato in tutti casi in cui c'è un eccesso di acido lattico. Agisce anche a livello intestinale, ghiandola e polmonare. Natrium ph ha diverse indicazioni: rigurgiti, eruttazioni e vomiti acidi che si accompagnano a flatulenza e a diarrea verdastra acida (diarree acide dei bambini), parassitosi intestinali, enuresi notturna, leucorrea e crosta latte, solo per citarne alcune. Caratteristica è la lingua, ricoperta da una essudazione giallo-dorata. Anche a livello degli occhi, possiamo notare una secrezione giallo-cremosa. I disturbi peggiorano col movimento, con l'assunzione dei cibi grassi e col freddo umido. Iperacidità, bruciori, gastroenterite cronica.

Calcoli urinari, cistite, enuresi notturna. Artrite, gotta.

N°10 - NATRIUM SULFURICUM D6 (Solfato sodico anidro)

Edemi, ritenzione idrica.

Questo sale agisce principalmente a livello epato-biliare, ma anche a livello di altri emuntori come i reni. Regola l'acqua extracellulare, mantiene la bile della consistenza normale. E' considerato un rimedio eccellente nell'influenza. E' indicato anche nell'ipertrofia del fegato, nell'erisipela, nella renella, nella gotta, nell'asma, nella dispnea aggravata dall'umidità, nelle infiammazioni edematose della pelle, in alcune dermatiti (vescicole con liquido giallo acquoso) e nella tendenza a formare verruche. Sono pazienti che sentono sempre freddo, non riescono mai a scaldarsi e sono tendenzialmente depressi. I sintomi sono peggiorati al mattino, con l'umidità e sdraiandosi sul lato sinistro. Edema, deposito di acido urico nei tessuti.

Epatopatia, pancreatite, ittero. Gastroduodenite, diarrea.

N°11 - SILICEA D12 (Acido silicico, biossido di silicio, sabbia quarzifera)

Costruzione: tessuti connettivi, nervi, unghie e capelli, epidermide, pus e suppurazioni.

Agisce su quasi tutti tessuti dell'organismo, perché è un elemento essenziale del connettivo. Per esempio, è importante nella formazione dei capelli, della pelle e delle unghie. Aumenta la resistenza di tutti tessuti. Silicea è particolarmente indicata nel caso di infiammazioni ben radicate, sia acute sia croniche. L'infiammazione è dura e suppurata. Possono essere interessati numerosi tessuti: articolari, ossei, cutanei, mucosi. Silicea ha un'azione profonda e duratura. Risolve questi processi portandoli a maturazione. E' indicata nelle fistole e nelle ferite che tendono a non guarire e nel caso di ematomi. Rachitismo, ritardo nella crescita, aiuta a fissare il calcio nelle ossa.

N°12 - CALCAREA SULFURICA D6 (Solfato di calcio)

Suppurazioni, infezioni croniche e lente a risolversi.

E' un rimedio eccellente nelle suppurazioni che tendono a protrarsi e non si risolvono. Facilita la formazione e l'evacuazione di pus o, dato nel momento opportuno, aiuta nella risoluzione di una infiammazione che minaccia di suppurare. Il sintomo chiave di questo sale è la presenza di un pus denso, giallo e a volte striato di sangue.

Lesioni suppurative croniche: sinusite, bronchite. Lesioni suppurative della pelle (foruncoli, ascessi), e delle mucose (sinusite, bronchite, fistola anale).

**Corrispondenze simpatiche tra cellule e Sali (tropismo tissutale)**

Le cellule dei seguenti tessuti vengono positivamente influenzate dall'uso dei Sali come qui indicato:

- cervello e dei nervi: Kali. Phos. - Mag. Phos. - Nat. Phos. - Ferr. Phos.
- muscoli: Kali. Phos. - Mag. Phos. - Nat. Phos. - Ferr. Phos. - Kali. Mur.
- ossa: Calc. Fluor. - Calc. Phos. - Mag. Phos.
- pelle: Kali. Sulph. - Silicea.
- capelli: Kali. Sulph. - Silicea - Ferrum. Phos.
- tessuti connettivi e tegumentali, a cui danno forza: Silicea.
- tessuti elastici (cartilagini e muscoli): Calc. Fluor.
- mucose che rivestono gli organi interni: Nat. Mur.
- cellule di tutto l'organismo: Ferrum. Phos.

### Come si assumono

Questi Sali idealmente non devono essere deglutiti ed è preferibile assumerli a digiuno. Vanno lasciati sciogliere lentamente sotto la lingua dove dovranno essere tenuti almeno un paio di minuti.

Le diluizioni più utilizzate sono la D6 e la D12, ma esiste anche la D3

Iniziare con assunzioni più frequenti. Con il miglioramento, ridurre la frequenza a 3 volte al giorno e continuare per qualche giorno ancora dopo la guarigione. A volte è possibile alternare durante il giorno due rimedi indicati.

Per quanto riguarda Magnesium phosphoricum, nelle fasi acute la sua azione è più veloce se preparato in acqua calda: si sciolgono 10 compresse in un bicchiere di acqua molto calda (mescolando bene, ma senza usare cucchiaini di ferro). Si assume un sorso ogni 2-5 minuti.

Nelle malattie croniche, se ne assume una compressa da 1 a 3 volte al giorno. Nei casi acuti, le compresse si assumono ogni 1-2 ore, ma in certi casi anche ogni 5 minuti.

Ovviamente, a seconda della patologia, si possono scegliere diluizioni e dosaggi diversi, che vanno cambiate nel tempo basandosi sui miglioramenti o peggioramenti.

Se sono necessari più rimedi si possono alternare lungo la giornata.

Solitamente, come materiale neutro solido, si usa il lattosio, ma sono possibili delle alternative per chi è intollerante. Lo stesso dicasi per il glutine riguardo a chi soffre di celiachia. Nei preparati liquidi vengono invece utilizzati acqua o alcool.

### Piccolo Prontuario Familiare: alcune ricorrenti applicazioni pratiche

Avvertenza importante: i disturbi qui di seguito elencati sono di norma banali ed episodici e possono essere tranquillamente affrontati con una corretta automedicazione. Tuttavia a volte, soprattutto se si manifestano in modo ricorrente, possono nascondere problemi più profondi o gravi. In questo caso, rivolgetevi sempre ad un professionista esperto per un approccio più corretto.

#### Afte

- Ferrum phosphoricum D12

1 cpr ogni quarto d'ora. Inoltre ogni mezz'ora fare degli sciacqui con dell'acqua tiepida in cui sono state sciolte 3 cpr.

- Kalium phosphoricum D6

2 compresse ogni quarto d'ora. Inoltre, sciacqui come sopra.

#### Arrossamento degli occhi

- Ferrum phosphoricum D6 1 compressa ogni 30'-1 ora. Se infiammazione acuta ed occhi asciutti, fotofobia.

#### Brucciori di stomaco

- Natrium phosphoricum D6, al bisogno 2 compresse.

- Magnesium phosphoricum D6 1 compressa ogni ora da sciogliere in acqua calda se si associano dei crampi.

#### Cinetosi (mal di mare, mal macchina)

Natrium muriaticum D6

• a scopo preventivo, una compressa ogni 2 ore.

• durante i viaggi, 1 compressa ogni mezz'ora.

• in fase acuta, 1 compressa ogni 5 minuti.

#### Dentizione

- Calcium phosphoricum D12 1 compressa per 3 volte al giorno, per facilitare l'eruzione dei denti.

- Ferrum phosphoricum D12 1 compressa per 6 volte al giorno, se febbre durante la dentizione

- Magnesium phosphoricum D12 1 compressa ogni ora, sciogliere in acqua calda, se c'è infiammazione e dolore

#### Mal di gola, Faringite semplice

- Ferrum phosphoricum D12 1 compressa ogni 5'-30'-1h, distanziando con il miglioramento.

#### Febbre acuta (verificarne sempre la causa)

- Ferrum phosphoricum D12 1 compressa ogni quarto d'ora, ai primi sintomi, subito alternando con

- Kalium phosphoricum D6 1 compressa per 5 volte al giorno.

#### Lombalgia acuta

- Ferrum phosphoricum D6 1 compressa ogni quarto d'ora, ai primi sintomi

- Magnesium phosphoricum D6 1 compressa ogni 5 minuti, oppure alternata con il rimedio precedente, se il dolore è molto vivo

#### Laringite acuta

- Kalium muriaticum D6 1 compressa ogni 30 minuti, eventualmente alternato a

- Kalium sulfuricum D6 1 compressa ogni 30 minuti, nel caso di sovraccarico della voce (oratori, cantanti, etc.)

## Farmacia di Besso - [www.besso.ch](http://www.besso.ch) - Terapie naturali - Approfondimento

- Ferrum phosphoricum D6 1 compressa ogni ora.

### Raffreddore acuto

- Ferrum phosphoricum D6 1 compressa ogni quarto d'ora, nella fase iniziale, con scolo molto liquido che causa arrossamento
- Natrium muriaticum D6 1 compressa ogni mezz'ora, se ci sono starnuti frequenti
- Magnesium phosphoricum D 6 una compressa ogni quarto d'ora, da sciogliere in acqua calda, se il naso è molto congestionato
- Kalium sulfuricum D6 una compressa ogni ora.

### Mal di pancia

- Magnesium phosphoricum D6 1 compressa ogni quarto d'ora, da sciogliere in acqua calda. In alternativa 10 cpr in acqua ben calda.

### Piccoli traumi (contusioni, slogature, ecc), ferite

- Ferrum phosphoricum D6 1 compressa ogni quarto d'ora.

### Torcicollo

- Ferrum phosphoricum D6 1 compressa ogni 2 ore.

### Singhiozzo

- Magnesium phosphoricum D 6 10 cpr in acqua molto calda.