

# Vistara Haiduk

## Schüßler-Salze in der Schwangerschaft

Leseprobe

[Schüßler-Salze in der Schwangerschaft](#)

von [Vistara Haiduk](#)

Herausgeber: Droemer Knauer Verlag



<http://www.narayana-verlag.de/b15887>

Im [Narayana Webshop](#) finden Sie alle deutschen und englischen Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise.

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.  
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern  
Tel. +49 7626 9749 700  
Email [info@narayana-verlag.de](mailto:info@narayana-verlag.de)  
<http://www.narayana-verlag.de>



# Inhalt

Noch ein Buch über die Schwangerschaft? .....	13
Einleitung.....	15
Schwangerschaft - Zeit der Veränderung .....	17
Der normale Schwangerschaftsverlauf .....	17
<i>Dauer 17 » Terminberechnung 18</i>	
Die Routineuntersuchungen .....	20
<i>Nur drei Ultraschalluntersuchungen sind vorgesehen 22 »</i>	
<i>Amniozentese (Fruchtwasseruntersuchung) 23 • Rhesusfaktor</i>	
<i>»negativ« 24 » Hepatitis (Leberentzündung) 25 » Schwanger-</i>	
<i>schaftsdiabetes 25 » CTG (Herztonaufzeichnung) 26 * Blut-</i>	
<i>druck 27 * Urinuntersuchung 27</i>	
Überschreitung des errechneten Termins (ET).....	28
Künstliche Einleitung der Geburt .....	28
Veränderungen im Körper nach der Empfängnis .....	30
<i>Stoffwechselveränderungen 31 • Kohlenhydrate 31 » Fettstoff-</i>	
<i>wechsel 33 • Eiweißstoffwechsel 35 * Veränderungen im Mine-</i>	
<i>ralhaushalt 35 » Veränderungen im Herz-Kreislauf-System 35 "</i>	
<i>Wasser- und Elektrolythaushalt 36 * Nierenfunktion und Harntrakt</i>	
<i>37 * Magen-Darm-Bereich 37 * Haut 38 « Mundbereich 39 »</i>	
<i>Geschlechtsorgane 40 • Stützgewebe 43 * Psychische</i>	
<i>Veränderungen 44</i>	
Schüßler-Salze .....	46
Warum erhöht sich der Mineralstoffbedarf? .....	46

Dr. Schüßlers Lebenssalze - Grundlagen der Biochemie ..	50
Der Mangel in der Zelle ist oft nicht nachweisbar.....	52
So wirken die Biomineralien .....	53
Grenzen der biochemischen Heilmethode .....	57
Beschreibung der Biomineralien .....	58
Nr. 1 Calcium fluoratum D12 .....	58
Nr. 2 Calcium phosphoricum D6.....	61
Nr. 3 Ferrum phosphoricum D12 .....	63
Nr. 4 Kalium chloratum D6 .....	66
Nr. 5 Kalium phosphoricum D6.....	69
Nr. 6 Kalium sulfuricum D6 .....	72
Nr. 7 Magnesium phosphoricum D6 .....	74
Nr. 8 Natrium chloratum D6.....	77
Nr. 9 Natrium phosphoricum D6 .....	81
Nr. 10 Natrium sulfuricum D6 .....	84
Nr. 11 Silicea D12 .....	88
Nr. 12 Calcium sulfuricum D6 .....	91
Ergänzungsmittel.....	94
Nr. 13 Kalium arsenicum D6.....	95
Nr. 14 Kalium bromatum D6.....	97
Nr. 15 Kalium jodatum D6 .....	99
Nr. 16 Lithium chloratum D6 .....	101
Nr. 17 Manganum sulfuricum D6 .....	102
Nr. 18 Calcium sulfuratum D6 .....	104
Nr. 19 Cuprum arsenicosum D6 .....	106

Nr. 20 Kalium aluminium sulfuricum D6.....	108
Nr. 21 Zincum chloratum D6 .....	109
Nr. 22 Calcium carbonicum D6 .....	111
Nr. 23 Natrium bicarbonicum D6.....	113
Nr. 24 Arsenicum jodatum D6 .....	115
Wirkung und Einnahme der Biomineralsalze .....	117
Was unterscheidet biochemische und grobmolekulare Mineralien?.....	117
Reaktionen auf Schüßler-Salze.....	118
Einnahme und Dosierung .....	119
Weitere Naturheilverfahren .....	124
<i>Akupunktur 125 » Aqua-Balance 125 » Aromatherapie 125 *</i>	
<i>Bachblüten-Therapie 126 » Fußreflexzonenmassage 126 «</i>	
<i>Homöopathie 127 * Phytotherapie 127 » Shiatsu (Akupressur)</i>	
<i>128 * Yoga 128 * Zilgrei 129</i>	
Schüßler-Salze während der Schwangerschaft.....	131
Vorbeugende Maßnahmen in der Schwangerschaft .....	131
Vorbereitung auf die Geburt.....	135
Vorbereitung auf das Stillen.....	137
Befindlichkeitsstörungen .....	140
<i>Bauchdeckenschmerz (29.-40. SSW) 140 * Blasenbeschwerden</i>	
<i>(29.-40. SSW) 141 » Brustspannen (bis 12. SSW) 143 * Dehn-</i>	
<i>schmerz in den Leisten (Mutterbandschmerz, bis 14. SSW) 144 *</i>	
<i>Eisenmangel, Anämie (bis 40. SSW) 144 » Erschöpfungszustän-</i>	
<i>de (1.-40. SSW) 146 * Fehlgeburtstneigung (bis 12. SSW) 148 *</i>	

Frühgeburtsbestrebungen, vorzeitige Wehen (25.-38. SSW) 148 »  
 Hämorrhoiden (14.- 40. SSW) 151 • Harnwegsbeschwerden (14.-28.  
 SSW) 152 \* Hypertonie (Bluthochdruck, ab 24. SSW) 153 «  
 Hypotonie (niedriger Blutdruck, bis 12. SSW) 154 • Ischias- und  
 Kreuzbeinbeschwerden (18-34. SSW) 155 • Karies (28.-40. SSW)  
 157 » Karpaltunnelsyndrom (28.-40. SSW) 158 \* Krampfadern  
 (Varizen, 28.-40. SSW) 160 » Müdigkeit (bis 14. SSW) 162 •  
 Mutterbandschmerz und Kreuzbeinschmerzen (12.-28. SSW) 162 •  
 Obstipation (Verstopfung, bis 40. SSW) 164 \* Ödeme  
 (Wassereinlagerung, ab 25. SSW) 165 \* Restless legs (unruhige  
 Beine, bis 40. SSW) 167 • Schlaflosigkeit (bis 40. SSW) 168 »  
 Schmerz allgemein (bis 40. SSW) 170 • Senkungsbeschwerden (1.-  
 40. SSW) 170 « Sodbrennen (bis 40. SSW) 172 • Übelkeit (bis 14.  
 SSW) 174 • Übertragung, Überschreitung des errechneten  
 Geburtstermins (41. SSW) 176 \* Urinveränderungen (28.-40. SSW)  
 178 » Verlangen/Heißhunger (bis 40. SSW) 180 \* Wadenkrämpfe  
 (15.-40. SSW) 183 \* Wehentätigkeit, frühzeitige (Kontraktionen, 2S.-  
 36. SSW) 185 \* Zahnfleischbluten und Entzündung des  
 Zahnfleisches (bis 40. SSW) 186

#### Störungen während der Geburt ..... 187

Blasensprung, vorzeitig 187 » Cervixdystokie (verkrampfter  
 Muttermund bzw. Gebärmutterhals) 189 » Erschöpfung während der  
 Geburt 190 » Krampfwehen und lang anhaltende Wehen 191 »  
 Kreuzbeinschmerzen 191 « Wehenschwäche und unregelmäßige  
 Wehen 192

#### Störungen, die bei der Mutter im Wochenbett und in der Stillzeit auftreten ..... 193

Blutverlust 193 « Brustentzündung 194 \* Brustwarzen,  
 wund 194 " Erschöpfung, körperlich oder emotional 196 •

<i>Geburtsverletzungen 197 » Haarausfall 198 » Milcheinschuss 198 * Milchstau ohne oder mit Fieber 199 * Nachwehen 201 * Stillen, zu viel Milch 202 * Stillen, Milchmangel 203 * Stau des Wochenflusses und mangelnde Gebärmutterrückbildung 204 * Verstopfung (Obstipation) und Hämorrhoiden 206</i>	
<b>Störungen, die nach der Geburt beim Kind auftreten können.....</b>	<b>206</b>
<i>Baby-Akne 206 • Bauchkrämpfe 207 • Durchfall (Diarrhö) 208 « Geburtsgeschwulst 209 * Gelbsucht (Ikterus neonatorum) 210 • Milchschorf 211 * Nabelheilung 211 * Schluckauf 212 * Schnupfen 213 * Speikinder 213 • »Startschwierigkeiten« 214 » Tränende Augen 215 * Unruhe 216 * Verstopfung 217 « Pilzinfektion - Soor 217» Wunder Po 278</i>	
<b>Anhang.....</b>	<b>219</b>
<b>Teeempfehlungen .....</b>	<b>219</b>
<i>Tee gegen Übelkeit 219 * Geburtsvorbereitungstee 219 * Wehenscocktail 221 » Krampflösender bzw. wehenhemmender Tee 221 * Milchbildungstee 221</i>	
Danksagung.....	222
Bezugsquellen und was beim Kauf zu beachten ist.....	223
Adressen.....	223
Literatur .....	224
Seminare .....	225
Die Autorinnen .....	226
Stichwortregister.....	228

## Einleitung

Die Mutter kann ihrem Kind an Biomineralien nur das mitgeben, was sie selbst während der Schwangerschaft zur Verfügung hat.

Durch Lebensweise, genetische Bedingungen und sonstige Herausforderungen des Lebens verbraucht unser Körper bestimmte Mineralstoffe. Diese werden üblicherweise durch die Nahrung wieder ersetzt.

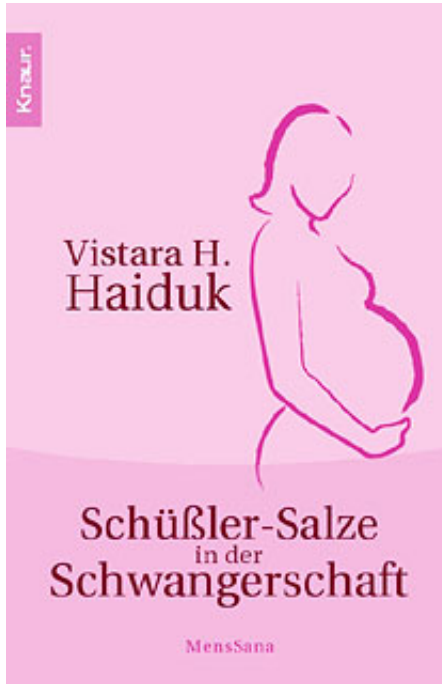
Unglücklicherweise ist selbst in sogenannter »Bioware« nicht mehr der Nährstoffgehalt im Gemüse/Obst enthalten, wie zum Beispiel noch zu Beginn des 20. Jahrhunderts. Veränderte Umwelt- und Kultivierungsbedingungen haben den Nährstoffgehalt im Boden reduziert, wodurch auch die Frucht nur reduzierte Mineralstoffmengen einlagern kann. Zusätzlich trägt die eigene Lebensweise zu einem über Generationen zunehmenden Mineralbedarf bei.

Die Natur hat dafür gesorgt, dass das Kind über das Blut der Mutter zunächst mit allem versorgt wird, was es zur Entwicklung braucht. Der mütterliche Körper gibt seine letzten Reserven her. Ein Beispiel sind die Zähne der Mutter. Sie stellen einen wichtigen Kalziumspeicher dar, der für den Knochenbau des Kindes notfalls angegriffen wird, sollte der mütterliche Organismus nicht genug zur Verfügung stellen können. Daher kommt der Spruch: »Ein Kind, ein Zahn.« Um diesen Mineralbedarf von vornherein zu decken, empfehlen wir Frauen mit Kinderwunsch, auch wenn sie noch nicht schwanger sind, das Mineralniveau so zu stabilisieren, dass sowohl für sie als auch für das Kind ausreichend Mineralstoffe

zur Verfügung stehen. Ist der Mineralstoffbedarf gedeckt, drückt sich dies in Wohlbefinden und stabiler Gesundheit aus. Das Kind entwickelt sich zeitgerecht und hat von Beginn seines Seins an gute Bedingungen, gesund zu bleiben. Das »Auf-füllen« mit Mineralien ist vor allem für Mehrfachmütter wichtig. Jede Schwangerschaft greift den Mineralhaushalt an. Das letzte Kind bekommt erheblich weniger Nährstoffe, als noch das erste zur Verfügung hatte.

Nehmen Sie jedoch bereits von Beginn der Schwangerschaft an Schüßler-Salze, um ihre Mineralstoffdepots wieder zu füllen, haben alle Ihre Kinder die gleichen gesundheitlichen Startchancen. (Milchschorf und angeborene Neurodermitis sind zum Beispiel häufig Zeichen eines Mineralmangels. Im Laufe der ersten Lebensjahre entwickelt sich oft Asthma daraus. Mit Schüßler-Salzen kann der Verlauf geändert werden, da dem Körper das zugeführt wird, was er zur Gesunderhaltung braucht.)





Vistara Haiduk

Schüßler-Salze in der Schwangerschaft

240 Seiten, kart.  
erschienen 2009



Mehr Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise

[www.narayana-verlag.de](http://www.narayana-verlag.de)