



Thieme

Schüßler-Salze für Kinder und Jugendliche  
Karoline Dichtl

# Schüßler-Salze für Kinder und Jugendliche

Schüßler-Salze bei typischen Erkrankungen im Kindes- und  
Jugendalter behandeln

# Karoline Dichtl

- Ausbildung als Krankenschwester mit langjähriger Erfahrung und der Fachfortbildung Intensivmedizin
- Heilpraktikerin seit 1994, in eigener Praxis seit 2001 mit dem Schwerpunkt Schüßler-Salze, Homöopathie und chinesische Medizin (Akupunktur, Ernährung, Wandlungsphasenmodell)
- Buchautorin: „Schüßlersalze und Homöopathie erfolgreich kombinieren“ (Trias Verlag, 2012), „Das Kältephänomen – das Geheimnis wärmender Ernährung“ (BoD, 2014) und „Wechseljahre – Hochsommer des Lebens“ (BoD, 2016), das Schüßler-Salze, Homöopathie und die Betrachtungsweise der 5 Elemente (TCM) vereint.

# Kommunikationsregeln

- Schenken Sie dem Web-Seminar Ihre volle Aufmerksamkeit.
- Schreiben Sie im Chat möglichst kurze Sätze.
- Tauschen Sie sich im Chat nicht zu anderen Themen aus.
- Stellen Sie Fragen erst am Ende des Web-Seminars in der dafür vorgesehenen Fragerunde.

# Agenda

- Besonderheiten in der Behandlung von Kindern und Jugendlichen
- Besonderheiten in der Dosierung
- Übersicht der eingesetzten Schüßler-Salze mit Indikationen
- Auswahl der Schüßler-Salze anhand der Gesamterscheinung
- Schüßler-Salze für die unterschiedlichen Entwicklungsphasen:  
Säugling – Kleinkind – Kindergartenkind – Schulkind – Jugendlicher
- Zusammenfassung
- Fragen

# Besonderheiten in der Behandlung von Kindern und Jugendlichen

- Weder kleine Kinder noch Jugendliche sollten zur Einnahme der Schüßler-Salze gezwungen werden.
- Kinder spüren oft, was sie brauchen.
- Jugendliche müssen sich von Eltern, besonders von der Mutter, abgrenzen und lehnen daher möglicherweise Schüßler-Salze ab.
- Es sollten höchstens 1 – 2 Schüßler-Salze zum Einsatz kommen.
- Die Einnahme der Schüßler-Salze bei Kindern vor dem Schuleintritt sollte sorgfältig abgewogen werden (Thema: Gewöhnung an Medikamenteneinnahme)

# Besonderheiten in der Dosierung bei Kindern und Jugendlichen

- Die Dosierung bei Kindern bis zum Schulalter entspricht etwa der Hälfte der Dosierung für Erwachsene:
  - Nr. 2, 4, 5, 6: jeweils 1 Tablette pro Einnahme
  - Nr. 1, Nr. 11: jeweils ca. 10 Tabletten pro Tag
  - „Heiße Getränke“: jeweils 5 Tabletten pro Getränk
- Die Dosierung für Jugendliche richtet sich nach ihrer körperlichen Erscheinung: Wenn der Körperbau dem eines Erwachsenen gleicht, bekommen sie auch die Dosierung für Erwachsene.
- Es sollten höchstens 1 – 2 Schüßler-Salze zum Einsatz kommen.

# Übersicht der eingesetzten Schüßler-Salze mit Indikationen

- Nr. 2 Calcium phosphoricum D6: geringes Gewicht, Untergewicht, Allergien, Heuschnupfen, Asthma, Hauterkrankungen, Zahnungsbeschwerden, Zahnwachstumsstörungen, Knochenschmerzen in Wachstumsphasen, Müdigkeit, Schulkopfschmerz, chronische Infekte, Magen-Darm-Erkrankungen (v.a. chronische Durchfälle)
- Nr. 3 Ferrum phosphoricum D12: „Ferrum-Schatten“ unter den Augen, chronische Entzündungen, Infektanfälligkeit, Konzentrationsstörungen in geschlossenen Räumen
- Nr. 4 Kalium chloratum D6: Infekte, Magen-Darm-Beschwerden, Lebensmittelallergien, Heuschnupfen, schlecht heilende Wunden

# Übersicht der eingesetzten Schüßler-Salze mit Indikationen

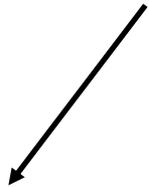
- Nr. 5 Kalium phosphoricum D6: Übergewicht, Konzentrationsstörungen, ADHS, motorische oder geistige Unruhe, Prüfungsangst, Pilzerkrankungen (Darm, Haut)
- Nr. 6 Kalium sulfuricum D6: Erkrankungen mit gelben Sekreten, chronische Bronchitis, chronische Nebenhöhlenentzündung, chronischer Schnupfen, Katarrh mit stockendem Sekret
- Nr. 7 Magnesium phosphoricum D6: Einschlafstörungen, Muskelkrämpfe (nicht Bauchkrämpfe!), Tics, Juckreiz der Haut (v.a. bei Hauterkrankungen wie Neurodermitis), Nägelkauen, Asthma, bei „Magnesia-Röte“

# Übersicht der eingesetzten Schüßler-Salze mit Indikationen

- Nr. 8 Natrium chloratum D6: trockene Haut, Verdauungsbeschwerden wie Durchfall oder Verstopfung, Wassereinlagerungen bei Mädchen in der Pubertät
- Nr. 9 Natrium phosphoricum D6 + Nr. 10 Natrium sulfuricum: Übersäuerung, Übergewicht, Hauterkrankungen unklarer Genese bei Übergewicht, Blähungen, Verdauungsstörungen
- Nr. 11 Silicea D12: trockene Haut, weiche, brüchige Nägel, struppige Haare, Haarausfall, Hauterkrankungen wie Neurodermitis oder Psoriasis, Ekzeme, Akne bei Kindern und Jugendlichen

# Auswahl der Schüßler-Salze anhand der Gesamterscheinung

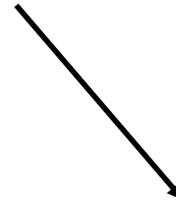
Einteilung der betroffenen Personen nach Gewicht und Körperformat



normales Gewicht,  
geringes Gewicht  
Untergewicht



Nr. 2, Nr. 3, Nr. 7,  
Nr. 8, Nr. 11 (u.a.)



normales Gewicht mit Tendenz  
zu Übergewicht, Übergewicht,  
Adipositas



Nr. 9 + Nr. 10, Nr. 5,  
Nr. 6, Nr. 8 (u.a.)

# Schüßler-Salze für die unterschiedlichen Entwicklungsphasen: Säugling

- Vorsicht bei der Gabe von Tabletten, sie können beim Einatmen aspiriert werden! Verwenden Sie bei Säuglingen lieber Globuli oder die stillende Mutter nimmt das Mittel ein.
- Während der Stillzeit kann es über die Muttermilch an den Säugling abgegeben werden, wenn die Mutter 3 – 5 x tgl. 2 Tabletten einnimmt.
- Das wichtigste Schüßler-Salz für Säuglinge ist die Nr. 2 Calcium phosphoricum D6.

# Schüßler-Salze für die unterschiedlichen Entwicklungsphasen: Säugling

- Ideal ist die Unterstützung durch Nr. 3 Ferrum phosphoricum D12, indem die Mutter täglich eine „Heiße 3“ trinkt, die über die Muttermilch zum Kind gelangt.
- Sollte das Kind mit einer schweren Hauterkrankung geboren sein, empfiehlt sich zusätzlich die Gabe des Schüßler-Salzes Nr. 11 Silicea D12.

# Schüßler-Salze für die unterschiedlichen Entwicklungsphasen: Kleinkind

- Das wichtigste Schüßler-Salz für Kleinkinder ist die Nr. 2 Calcium phosphoricum D6.
- Kleine Kinder spüren die Wachstumsphasen und fordern oft schon vorzeitig die Gabe von Nr. 2 ein. Daher ist es ideal, das Kind auch in diesem Alter mitbestimmen zu lassen. Dies betrifft sowohl den Zeitpunkt der Einnahme als auch die Dosierung.
- Je nach Mangel ist es möglich, dass eine Erwachsenenendosis notwendig ist, v.a. in Zahnungs- und Wachstumsphasen.
- Ideal ist die Unterstützung durch Nr. 3 Ferrum phosphoricum D12. In diesem Alter reichen 2 Tabletten pro Tag aus.

# Schüßler-Salze für die unterschiedlichen Entwicklungsphasen: Kindergartenkind

- Das wichtigste Schüßler-Salz in dieser Phase ist das Schüßler-Salz Nr. 3 Ferrum phosphoricum D12.
- Es kommt durch den Kindergartenbesuch und Kontakt mit anderen Kindern häufige zu Infekten.
- Die Infekte werden je nach Stadium mit Nr. 4 Kalium chloratum oder Nr. 6 Kalium sulfuricum D6 behandelt.
- Je nach körperlicher Entwicklung sollte das Schüßler-Salz Nr. 2 weiterhin gegeben werden, zumindest in Wachstumsphasen.
- Bei Hauterkrankungen sollte die Nr. 11 Silicea D12 gegeben werden.

# Schüßler-Salze für die unterschiedlichen Entwicklungsphasen: Schulkind

- Es kommt vermehrt zu Konzentrationsstörungen oder Zeichen von geistiger Ermüdung. Diese werden je nach Körpergewicht mit Nr. 2 Calcium phosphoricum D6 oder Kalium phosphoricum D6 behandelt.
- Durch Schulstress kann es zu Einschlafstörungen kommen. Hier hilft eine „Heiße 7“ am Abend mit 5 Tabletten Nr. 7 Magnesium phosphoricum D6
- Wenn das Kind zu Krämpfen beim Sport neigt, ist ebenfalls Nr. 7 Magnesium phosphoricum D6 das richtige Mittel. Es kann in die Trinkflasche gegeben werden.
- Bei Bauchkrämpfen besteht ein Mangel an Nr. 2 Calcium phosphoricum D6!

# Schüßler-Salze für die unterschiedlichen Entwicklungsphasen: Jugendlicher

- In der Pubertät kommt es je nach Aktivität des Kindes häufiger zu Übergewicht. Diesem kann mit den Schüßler-Salzen Nr. 9 Natrium phosphoricum D6 und Nr. 10 Natrium sulfuricum D6 als „Heiße Tasse“ vorgebeugt werden.
- Es kommt vermehrt zu Akne. Diese sollte je nach Körperbau des Kindes mit Nr. 2 Calcium phosphoricum D6 oder der „Heißen 9“ und „Heißen 10“ bei Übergewicht begegnet werden; zusätzlich Einnahme von Nr. 11 Silicea D12, die auch als Creme oder Gel angewendet werden sollte. So lassen sich Akne-Narben verhindern.
- Konzentrationsstörungen, geistige Erschöpfung (vor allem in Prüfungsphasen) oder auch ADHS begegnet man am besten mit dem Schüßler-Salz Nr. 5 Kalium phosphoricum D6.

# Schüßler-Salze für die unterschiedlichen Entwicklungsphasen: Jugendlicher

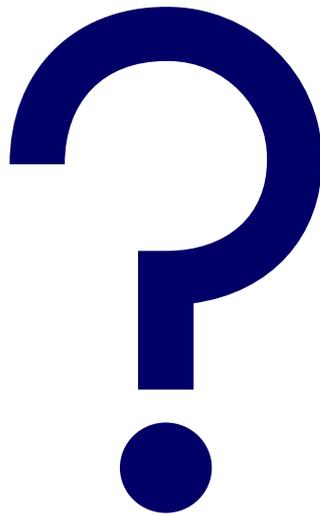
- Die Phase der Pubertät bedeutet Abgrenzung von den Eltern und hier vor allem von der haupterziehenden Person. Daher werden Schüßler-Salze in der Regel abgelehnt.
- Eine sinnvolle Strategie ist es, für den Jugendlichen die kleinste Packungsgröße des entsprechenden Salzes zu kaufen, ihn oder sie über die Wirkung und Dosierung aufzuklären und dann die Einnahme dem Jugendlichen selbst zu überlassen.
- Sofern der oder die Jugendliche die Schüßler-Salze einnimmt, kann er oder sie das leere Fläschchen zum Auffüllen in die Küche stellen. Die Mutter/der Vater füllt aus einer Großpackung nach.
- Keinerlei Kontrolle der Einnahme!

# Zusammenfassung

- Sie kennen nun die für **Säuglinge, Kleinkinder, Schulkinder und Jugendliche** wichtigen Schüßler-Salze.
- Sie wissen, welche Salze in welcher Entwicklungsphase von Bedeutung sind.
- Sie wissen, wie Sie die Mittelauswahl anhand des Körperbaus differenzieren können.
- Sie haben erkannt, dass es manchmal kluger Strategien und vor allem Selbstbestimmung für das Kind bedarf.
- Sie drängen das Kind auch als Therapeut nicht zur Einnahme.

# Fragen

- Haben Sie Fragen zum Web-Seminar?
- Haben Sie Fragen zu den Inhalten des E-Learning-Kurses allgemein?



# Hinweis

Mehr über die Anwendung der Schüßler-Salze bei Kindern und Jugendlichen können Sie im E-Learning-Kurs  
**„Grundlagen der Biochemie nach Dr. Schüßler“**  
lernen.

<https://www.heilpraktikerkurse.de/online-kurs/biochemie-schuessler>

**Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit  
und einen schönen Abend!**