

# Inhaltsverzeichnis

## 7 Vorwort zur Neuauflage

## 9 Einleitende Betrachtung

von Dr. med. Thomas M. Rau

## 13 Einführung

- 13 Leben und Werk von Dr. med. Wilhelm Heinrich Schüssler
- 14 Was sind Mineralstoffe nach Dr. Schüssler?
- 15 Der Unterschied zur Homöopathie

## 17 Gesundheit und Krankheit

- 17 Das Wesen der Gesundheit
- 17 Das Wesen der Krankheit

## 19 Wodurch entsteht ein Mineralstoffbedarf?

- 19 Verhaltensmuster
- 19 Ernährung
- 21 Strahlenbelastung
- 22 Zahnstörherde

## 24 Die zwölf Mineralstoffe nach Dr. Schüssler und ihre Wirkungsweisen

- 24 Nr. 1 Calcium fluoratum
- 28 Nr. 2 Calcium phosphoricum
- 33 Nr. 3 Ferrum phosphoricum
- 37 Nr. 4 Kalium chloratum
- 41 Nr. 5 Kalium phosphoricum
- 45 Nr. 6 Kalium sulfuricum
- 48 Nr. 7 Magnesium phosphoricum
- 52 Nr. 8 Natrium chloratum
- 57 Nr. 9 Natrium phosphoricum
- 60 Nr. 10 Natrium sulfuricum
- 63 Nr. 11 Silicea
- 68 Nr. 12 Calcium sulfuricum

## 70 Unterscheidungsmerkmale der zwölf Mineralstoffe

## 79 Die Wirkungsbereiche der Mineralstoffe

## 82 Die Mineralstoffe als Hilfe zu seelischer Entfaltung

- 84 Nr. 1 Calcium fluoratum
- 86 Nr. 2 Calcium phosphoricum
- 88 Nr. 3 Ferrum phosphoricum
- 90 Nr. 4 Kalium chloratum
- 92 Nr. 5 Kalium phosphoricum
- 94 Nr. 6 Kalium sulfuricum
- 96 Nr. 7 Magnesium phosphoricum
- 98 Nr. 8 Natrium chloratum
- 100 Nr. 9 Natrium phosphoricum
- 102 Nr. 10 Natrium sulfuricum
- 104 Nr. 11 Silicea
- 106 Nr. 12 Calcium sulfuricum

## 108 Äussere Anwendungen der Mineralstoffe

- 109 Hand- und Fussbäder
- 110 Massagen
- 112 Umschläge und Wickel
- 107 Kompressen
- 113 Serienwaschung
- 113 Vollbäder

## 115 Anwendung von Mineralstoffcremen

- 115 Nr. 1 Calcium-fluoratum-Creme
- 116 Nr. 2 Calcium-phosphoricum-Creme
- 116 Nr. 3 Ferrum-phosphoricum-Creme
- 116 Nr. 4 Kalium-chloratum-Creme
- 117 Nr. 5 Kalium-phosphoricum-Creme
- 117 Nr. 6 Kalium-sulfuricum-Creme
- 118 Nr. 7 Magnesium-phosphoricum-Creme
- 118 Nr. 8 Natrium-chloratum-Creme
- 119 Nr. 9 Natrium-phosphoricum-Creme
- 119 Nr. 10 Natrium-sulfuricum-Creme
- 120 Nr. 11 Siliceacreme
- 120 Nr. 12 Calcium-sulfuricum-Creme

- 120 Cremenmischungen
- 121 Besondere Auswahlmethoden
- 121 Antlitzdiagnose – Antlitzanalyse
- 122 Tierkreiszeichen

## **126 Ergänzungsmittel**

- 126 Nr. 13 Kalium arsenicosum
- 128 Nr. 14 Kalium bromatum
- 130 Nr. 15 Kalium jodatum
- 132 Nr. 16 Lithium chloratum
- 134 Nr. 17 Manganum sulfuricum
- 135 Nr. 18 Calcium sulfuratum
- 137 Nr. 19 Cuprum arsenicosum
- 138 Nr. 20 Kalium aluminium sulfuricum
- 140 Nr. 21 Zincum chloratum
- 142 Nr. 22 Calcium carbonicum
- 145 Nr. 23 Natrium bicarbonicum
- 147 Nr. 24 Arsenum jodatum
- 149 Nr. 25 Aurum chloratum natronatum
- 151 Nr. 26 Selenium amorphum
- 153 Nr. 27 Kalium bichromicum

## **155 Wie finde ich den richtigen Mineralstoff?**

- 155 Hinweise zur Einnahme
- 157 Verträglichkeit und Reaktionen
- 158 Haltbarkeit und Aufbewahrung
- 158 Die Grenzen der Mineralstofftherapie
- 158 Mineralstoffe und Lebensmittel
- 161 Mineralstoffe und Energiebehandlungen
- 162 Mineralstoffe und Blütenessenzen
- 162 Oft gestellte Fragen

## **166 Mineralstoffe im Alltag**

## **169 Nachschlageteil**

## **303 Die Autoren**

## **304 Literaturverzeichnis**