

Celzouten: wat zijn dat?

Degene die zich o.a. in de celzouten heeft verdiept is Dr. Schüssler (1821-1898). Hij was een arts en homeopaat. Het nadeel van homeopathie vond hij, was dat er elke keer nieuwe remedies bijkwamen en hij zocht naar een eenvoudigere oplossing voor klachten.



Hij kwam op de vraag wat precies de cel gezond hield. Na uitgebreid onderzoek kwam hij er achter dat mineraalstoffen de celfunctie in stand hielden.

Schüssler ontdekte 12 basiscelzouten, die ingezet kunnen worden bij klachten. Door uitbreiding van kennis dmv moderne apparatuur zijn er nog meer ontdekt. Die worden hogere celzouten genoemd.

Celzouten zijn belangrijk voor allerlei processen binnen het lichaam bijv. opname van vitamines en opbouw van de cellen. Ons hele lichaam bestaat uit deze mineralen en een tekort kan leiden tot allerlei klachten.

Een tekort aan celzouten kan ontstaan door bijv. hormoonwisseling (pubertijd of overgang), een bepaalde levensstijl, verkeerde eetgewoonten of geestelijke overbelasting. Vaak zal het lichaam zelf naar oplossingen zoeken voor een tekort. Op een gegeven moment is er geen oplossing meer mogelijk en gaat het lichaam protesteren dmv ziekte, pijn of verkramping.



Net als bij homeopathie wordt er met een verdunning gewerkt. De verdunningen D6 en D12 worden hier gebruikt, omdat de celzouten dan het beste werkzaam zijn. De celzouten worden niet geschud zoals bij homeopathie, maar verwreven. De celzouten kunnen voor lange periode ingenomen worden en hoeft men niet bang te zijn voor

overdosering. Als er geen tekort meer is, dan wordt de celzout gewoon weer uitgescheiden.

De celzouten geven geen prikkel af zoals bij homeopathische middelen, maar worden gelijk in de cel opgenomen, omdat het een lichaamseigen stof is.

Bij klachten kunnen de celzouten in een bepaalde combinatie gegeven worden om de werking te versterken. Bij bijv. een verkoudheid kunnen 2 of 3 zouten worden ingezet, waarvan één zout tegen de verkramping en pijn is.

Door het gebruik van celzouten kunnen reacties ontstaan, omdat ze helpen aan een nieuwe balans in het lichaam. Soms lijkt het of de klachten heftiger worden. In dat geval is doorgaan met innemen erg belangrijk en kan gekeken worden of in de dosering iets moet veranderen en/of er nog een andere ondersteunende celzout nodig is.

Celzouten kunnen naast reguliere medicatie, homeopathische en andere remedies worden ingenomen. Ze helpen deze middelen een extra handje.

Bij reguliere medicatie is het belangrijk om bij de begeleidende arts na te laten kijken of de aangegeven dosering nog klopt. Celzouten kunnen er voor zorgen dat de medicatie beter wordt opgenomen. Om overdosering van de medicatie te voorkomen is dus overleg en controle nodig.

In Nederland vallen de celzouten onder voedingssupplementen.

De celzouten zijn ook voor kinderen en zwangere vrouwen geschikt.