

Tausendfach bewährt

Eine kompakte und übersichtliche Urlaubsapotheke ist vielen Menschen ein beliebter Reisebegleiter. **Schüßlers Reiseapotheke mit den zwölf Schüßler-Salzen hilft bei Beschwerden von A bis Z.**

Die häufigsten Beschwerden im Urlaub sind kleinere Verletzungen, Blasen an den Füßen, ein verdorbener Magen, Hautreizungen durchs Radfahren oder auch Durchfall und Verstopfung. Nicht zu vergessen sind Beschwerden nach Kälte und Durchnässung sowie Mückenstiche und Sonnenbrände. Schüßler-Salze helfen prompt und haben sich vielfach bewährt. Empfehlen Sie Ihren Kundinnen und Kunden die Akutdosierung: Erwachsene und Jugendliche

nehmen viertel- bis halbstündlich eine Tablette bis zur Besserung. Säuglinge und Kleinkinder bekommen ein- bis zweistündlich eine Tablette (z. B. auf den Schnuller den Tablettenbrei verstrecken) bis zur Besserung. ■

Günther H. Heepen,
Heilpraktiker und Autor

Kurz und bündig			
Allergien	(allergische Reaktionen wie z. B. Hautausschläge oder Reaktionen bei Nahrungsmitteltoleranz): Nr. 2 Calcium phosphoricum D6 im Wechsel mit Nr. 9 Natrium phosphoricum D6	Jetlag	Ein bis zwei Tage vor der Reise und mindestens zwei Tage nach der Reise: Nr. 3 Ferrum phosphoricum D12 und Nr. 5 Kalium phosphoricum D6 sowie Nr. 10 Natrium sulfuricum D6
Augenreizung, Bindegau- entzündung	Nr. 3 Ferrum phosphoricum D12; auch Spülungen mit Kamillen- oder Augentrosttee	Magen- beschwerden, verdorbener Magen	Nr. 3 Ferrum phosphoricum D12 und Nr. 4 Kalium chloratum D6
Augen, trockene oder tränende bei Wind, am Meer	Nr. 8 Natrium chloratum D6	Mücken-, Moskito- und Bremsenstiche	Eine Tablette Nr. 8 Natrium chloratum D6 mit etwas Speichel zu einem Brei verreiben und auf der Stichstelle auftragen. Auch die Salbe Nr. 8 Natrium chloratum D4 ist geeignet
Blasenentzündung/-reizung	Nr. 9 Natrium phosphoricum D6 und Nr. 3 Ferrum phosphoricum D12	Ozonbelastung und dadurch Augenbrennen	Nr. 4 Kalium chloratum D6
Durchfall	Bei Reisedurchfall und nach verdorbenen Speisen: Nr. 3 Ferrum phosphoricum D12. Bei wässrigem Durchfall: Nr. 8 Natrium chloratum D6	Quetschungen	Nr. 3 Ferrum phosphoricum D12 und Salbe Nr. 3
Erkältungs- beschwerden	Nr. 3 Ferrum phosphoricum D12 und Nr. 4 Kalium chloratum D6 – viertelstündlich im Wechsel einnehmen	Reiseübelkeit	Nr. 9 Natrium phosphoricum D6
Erschöpfung	Nr. 5 Kalium phosphoricum D6 (auch analog der „Heißen Sieben“ einnehmen)	Schlafstörungen – durch Unruhe, Anspannung	Nr. 7 Magnesium phosphoricum D6 vor dem Schlafen als „Heiße Sieben“
Hautblasen am Fuß	Nr. 4 Kalium chloratum D6 und Salbe Nr. 4 (darüber ein Pflaster)	Schmerzen	Nr. 7 Magnesium phosphoricum D6 als „Heiße Sieben“.
Hautreizungen wie am Gesäß durch langes Fahrradfahren	Die Haut dick mit der Salbe Nr. 3 Ferrum phosphoricum D4 einreiben	Schnitt- und Schürfwunden	Nr. 3 Ferrum phosphoricum D12 und Salbe Nr. 3
Hühneraugen, die beim Wandern Schmerzen verursachen	Salbe Nr. 4 Kalium chloratum D4 auftragen, darüber ein Pflaster.	Verstopfung	Nr. 10 Natrium sulfuricum D6 analog der „Heißen Sieben“ mehrmals täglich einnehmen
		Verbrennungen (1. Grades)	Nr. 3 Ferrum phosphoricum D12 und Salbe Nr. 3; 2. Grades -Nr. 4 Kalium chloratum D6
		Völlegefühl nach dem Essen	Nr. 9 Natrium phosphoricum D6



© Nadezhda Nazarova / iStock / Getty Images