

Natrium phosphoricum / Nat-ph.

(Natriumphosphat, Schüsslersalz Nr. 9)



Name und Potenz der

pharmazeutischen Zubereitung:

Natrium phosphoricum spag. Glückselig D6

Vorkommen im Organismus:

Wird im menschlichen Körper vor allem in der Lymphe und in den lymphatischen Organen gespeichert.

Energiedefizit:

Ein Energiedefizit macht sich in erster Linie im Stoffwechsel, genauer im Bereich des Säure-Basen-Haushalts des Körpers, bemerkbar. Da wir in der heutigen Zeit zu Hektik, ungesundem und unausgewogenem Essen und hastigen Mahlzeiten neigen, sind wir eher übersäuert und eine Regulierung ist in den meisten Fällen in Richtung basisch nötig und sinnvoll. Mögliche sicht- und spürbare Folgen dieser Fehlernährung sind Rheuma, Gicht, Sodbrennen, Reflux, stark fettende Haut mit Mitessern und Pickeln, schlechte Regeneration während des Schlafes und nach körperlicher Anstrengung.

Wirkung und Funktion:

Die Hauptwirkung von Natrium phosphoricum zielt auf die Entsäuerung und auf den Ausgleich des Säure-Basen-Haushalts. Das Salz kann die überschüssigen Säuren binden und löslich machen. Zudem regt Natriumphosphat die Ausscheidung saurer Substanzen über Leber, Galle und Nieren an und verrichtet somit eine wichtige Entgiftungsleistung. Es ist ausserdem in der Lage, durch Muskelaktivität entstandene Milchsäure in Wasser und Kohlensäure aufzuspalten. Dadurch wird die Regeneration nach körperlicher Anstrengung beschleunigt und ein intensives Training hinterlässt weniger «Spuren».

Die Probleme innerhalb des rheumatischen Formenkreises nehmen in letzter Zeit stark zu. Viele dieser Probleme gehen mit Übersäuerung einher, welche die Symptome erheblich verstärkt und ein Fortschreiten der Krankheit begünstigt. Auch bei vielen Autoimmunerkrankungen wird die Übersäuerung als mit verursachender Faktor angesehen (Psoriasis, Morbus Crohn, Fibro- und Polymyalgien, Allergien etc.). Natrium phos-

phoricum kann also auch hier wertvolle Unterstützungsarbeit leisten.

Indikationen:

- Blähungen, Völlegefühl, Verdauungsstörungen
- Durchfall, säuerlich riechend
- Entzündete Schleimhaut – vor allem im Magen
- Fettiges Haar und fettige Haut
- Geschwollene Lymphknoten
- Gestörte Talgdrüsenfunktion
- Gicht, Weichteilrheuma, Muskelschmerzen
- Muskelkater
- «Sauer» brennende Schmerzen, an verschiedenen Stellen des Körpers
- Saurer Geschmack im Mund
- Saurer Körpergeruch
- Saures Aufstossen
- Übersäuerung
- Wurmbefall
- Zur Vorbeugung bei Steinbildungen (Galle, Nieren, Harnblase)

Äusserliche Anwendung:

- Akne, fettige Haut, Mitesser
- Als Deo-Ersatz, wenn der Schweiß säuerlich riecht (nur auf rasierter Haut wirksam)
- Lymphdrüsenanschwellung (vor allem Lenden- und Halsbereich)
- Muskelkater, auch vorbeugend
- Rheumatische Beschwerden (Gelenke grossflächig einmassieren)

Modalitäten:

- Schlechter nach fetten und reichhaltigen Mahlzeiten, nach Nikotin- oder Alkoholenuss, durch Süßigkeiten, durch übermässige Bewegung und bei feucht-kaltem Wetter.
- Besser im Verlaufe des Tages, bei leichter Bewegung, durch Schwitzen und durch leichte Schonkost.

Körperliche Zeichen:

Fettglanz auf dem Gesicht, besonders in der sogenannten T-Zone, fettverschmierte Brillengläser, viele Pickel oder Mitesser und eine senkrechte «Säurefalte» oberhalb des Mundes sind mögliche Zeichen für einen Mangel an Natrium phosphoricum.

Psychische Zusammenhänge:

Bei Natrium phosphoricum besteht die Problematik oft darin, dass zu viel Energie für die falschen Dinge aufgewendet wird. Man möchte alles mit der Brechstange erledigen, nach dem Motto: «Wenn es mit Gewalt nicht geht, dann geht es mit mehr Gewalt». Dieser Typ Mensch möchte alles alleine erledigen und glaubt nur, was er selber gesehen hat. Dadurch wird seine Welt und sein soziales Netzwerk klein und überschaubar und dies macht ihm Probleme. Er hält seine Gefühle zurück und empfindet Gemeinschaft als bedrohlich.

Transformationsziele:

- Für alles gibt es ein richtiges Mass – rohe Kraft ist nicht immer die Lösung.
- Sanftmut und Behutsamkeit sind im Leben wichtig und nötig.
- Auch andere Menschen können Arbeiten gut und zufriedenstellend erledigen.
- Sich emotional öffnen können.
- Der Umwelt und Gemeinschaft vertrauensvoll begegnen.

**Für die eigene Kraft gilt hier:
So viel wie nötig und
so wenig wie möglich!**