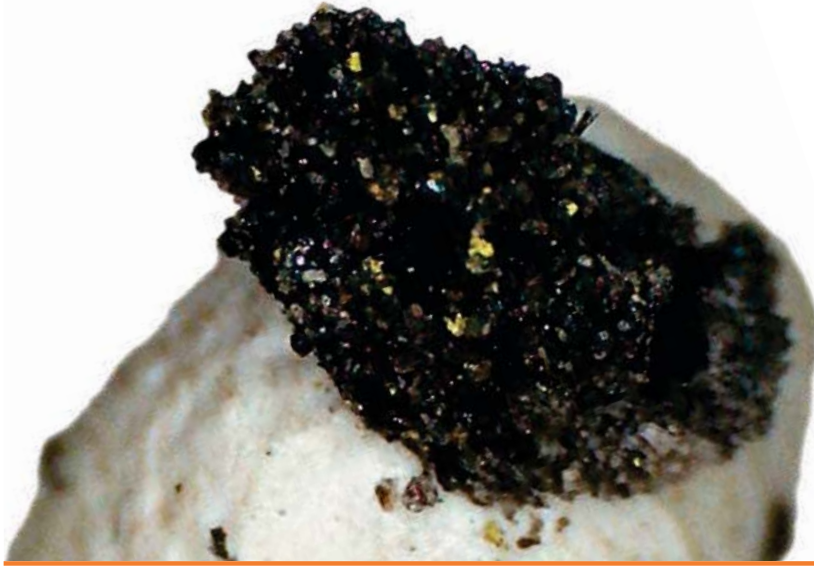


# Selenium metallicum / Sel-met.

(Selen, Schüsslersalz Nr. 26)



## **Name und Potenz der**

### **pharmazeutischen Zubereitung:**

Selenium metallicum spag. Glückselig D6

### **Vorkommen im Organismus:**

Selen wird im menschlichen Körper vor allem in der Leber gespeichert. Selenium metallicum ist kein Salz, sondern ein reines chemisches Element.

### **Energiedefizit:**

Ein Energiedefizit zeigt sich hier in der Entgiftungsleistung des Körpers. Vor allem im Bereich der freien Radikale entfaltet Selen seine Wirkung. Aber auch in anderen Bereichen spielt es eine wichtige Rolle, zum Beispiel im Urogenitalsystem, in der Prostata und im Aufbau des Bindegewebes. Selen gehört eher zu den moderneren Entdeckungen innerhalb der Mineralstoffe und Spurenelemente.

### **Wirkung und Funktion:**

Selen wirkt in erster Linie als Zellschutzmittel. Es verhindert, dass freie Radikale an der Zellwand «andocken» und diese schädigen. Man spricht von einer antioxidativen Wirkung. Selen unterstützt zudem die Leber bei ihrer entgiftenden Arbeit und der Ausscheidung von Schlackenstoffen und wirkt leberschützend. Ein weiteres wichtiges Einsatzgebiet dieses chemischen Elements ist die Raucherentwöhnung. Auch wenn Menschen durch Passivrauchen unter den Folgen von Tabakrauch leiden (Magenbrennen, saures Aufstossen, Übelkeit), kommt Selen zum Einsatz.

Prostatabeschwerden und sexuelle Schwäche, ja sogar gewisse Formen der Impotenz, sprechen ebenfalls sehr gut auf eine Behandlung mit Selen an. Eine Kombination mit Cuprum oxydatum nigrum ist bei diesen Problemen sinnvoll und verstärkt den Effekt.

**Indikationen:**

- Akne, vor allem nach der Pubertät
- Akne, nach Krankheit oder Rauchen
- Arteriosklerose
- Chronische Leberbeschwerden, beginnende Leberzirrhose
- Entgiftung und Entschlackung
- Haarausfall, brüchige oder weiche Nägel
- Hautausschlag mit Abschilferung über der Lebergegend
- Impotenz (vor allem nach Genussmitteln oder sexuellen Exzessen)
- Jucken der Haut, vor allem an den Knöcheln oder am Haaransatz
- Kinderwunsch, unerfüllt
- Körperhaare fallen aus oder das Wachstum ist extrem stark (Genitalbereich, Achseln)
- Magen-Darmbeschwerden, saures Aufstossen, Magenbrennen
- Prostatitis
- Raucherentwöhnung (zur Unterstützung)
- Schlaflos wegen klopfendem Gefühl in den Schläfen
- Sexuelle Atonie (vor allem bei älteren Männern)
- Übelkeit, vor allem durch Rauch oder Tabak ausgelöst
- Zellschutz, Neutralisation von freien Radikalen

**Äusserliche Anwendung:**

- Juckreiz, vor allem an behaarten Körperstellen
- Hautausschlag mit Abschilferung über der Lebergegend
- Leberwickel, Leberkuren (als äusserliche Unterstützung)

**Modalitäten:**

- Schlechter nach dem Schlafen, bei heissem Wetter, durch Luftzug und nach sexuellen Handlungen.
- Besser bei leichter Bewegung, durch frische Luft und nach Entgiftungskuren.

**Körperliche Zeichen:**

Bis heute sind keine eindeutigen körperlichen Zeichen für dieses chemische Element bekannt. Bisweilen kann es zum Ausfallen von Barthaaren oder Augenbrauen kommen.

**Psychische Zusammenhänge:**

Hier geht es um das Thema «Nähe». Selenium-Menschen haben Mühe damit, die richtigen Dinge festzuhalten und die falschen loszulassen. Dies zeigt sich körperlich durch Suchtneigung und Verschlackung, psychisch-seelisch durch zwischenmenschliche Konflikte sowie sexuelle Spannungen. Generell steht das Thema Sexualität bei diesem Mineralstoff im Vordergrund und zieht sich durch viele Lebensabschnitte.

**Transformationsziele:**

- Die richtigen Dinge festhalten, die falschen loslassen können.
- Sexualität als eine der stärksten Kräfte des Mensch kennenlernen.
- Massvoll geniessen.

**Lebe deine Sexualität frei,  
aber massvoll!**