



Schüssler-Salze beim Fersensporn

Patienten leiden teilweise unter stärksten Schmerzen beim Gehen und Stehen, am liebsten möchte man den Fuß nur noch schonen oder hochlegen, aber auch das bringt nicht immer Erleichterung. Wie können hier die Schüssler-Salze helfen? -

Der Grund: ein Fersensporn !

Der dornartige Knochenauswuchs / knöcherner Fortsatz an der Unterseite des Fersenbeins, (lat. Plantarfasziitis). Die Schmerzen unter oder auf der Innenseite der Ferse, sind beim Fersensporn stark, messerstichartig, manchmal brennend und beinahe immer unerträglich und nehmen oft noch im Laufe des Tages zu.

Fersensporn und seine Ursachen

Man vermutet beim Fersensporn permanente Überlastung / Fehlbelastung des Fußes , besonders der großen Sehnenplatte unter der Fußsohle, z.B. durch Sport, Übergewicht oder aus Altersgründen.

Permanente oder häufige hohe Spannungen der Sehnen, falsche Belastungen (Joggen, Wandern usw.) können zu winzigen Sehneneinrissen führen sowie zu Entzündungen und Gewebeveränderungen. Der Fersensporn entsteht dadurch, dass der Körper an den kleinen Rissstellen der Sehnen Kalk einlagert - ein Reparaturversuch sozusagen. Die Einrisse entstehen, weil die Fersen das gesamte Körpergewicht tragen müssen. Das Fettpolster unter der Ferse sowie die große Sehnenplatte unter der Fußsohle dämpfen dabei diese Belastungen.

Um ein beschädigtes Sehnenband zu entlasten, erschlaffen die Muskeln der Fußsohle beim Sitzen, Schlafen oder Ausruhen der Beine. Die Schmerzen des Fersensporns verschwinden zunächst. Beim Aufstehen ist der Schmerz dann allerdings sofort wieder da. Die Schmerzen treten schleichend auf, vielleicht anfangs der morgentliche Anlaufschmerz oder zu Beginn einer Belastung. Später lässt der Schmerz nach längerer Belastung gar nicht mehr nach.

Besondere Risikogruppen sind Übergewichtige, Weekendsportler, Personen mit unkorrigierter Fehlhaltung des Fußes und Personen, die beruflich viel stehen müssen.

Zur Absicherung der Diagnose "Fersensporn "werden außer der körperlichen Untersuchung meist ein Röntgenbild angefertigt. Differentialdiagnostisch müssen andere Erkrankungen wie Rheuma, Gicht usw. ausgeschlossen werden.

Behandlungen des Fersensporn im Allgemeinen:

Dehnungs und Kräftigungsübungen der Waden,- und Fußsohlenmuskulatur, spezielle Massagen

- Aktivitätsänderung (bes. bei Sportlern)
- Einlagen für Schuhe, Fußbäder
- Stoßwellentherapie
- Operation (letzte Maßnahme)

Schüssler-Salze behandeln den Fersensporn

Morgens: Schüssler Salze Nr.1 [Calcium fluoratum](#) D12. 6 Tabl. im Munde zergehen lassen sowie morgens mit der [Lotion Nr.1](#) die Füße massieren und eincremen.

Mittags: Schüssler-Salze Nr.2 [Calcium phosphoricum](#) D6. 6 Tabl. im Munde zergehen lassen.

Abends: Schüssler Salze Nr.11 Silicea D12. 6 Tabl. Im Mund zergehen lassen sowie die [Lotion Nr.11](#) die Füße massieren und eincremen.

Bei sehr akute starken Schmerzen des Fersensporn:

Schüssler-Salze Nr.3 [Ferrum phosphoricum](#) D12 halbstündlich 2 Tabl. im Mund zergehen lassen. Wenn der Schmerz nicht mehr hochakut und unerträglich ist, dann auf 3x täglich 4 Tabl. Außerdem die [Lotion Nr.3](#) mehrmals täglich einmassieren.

Zusätzliche Hinweise für [Schüßler Salze Salben](#)/ Lotionen:

Großflächige Einreibungen sind mit der normalen Salbe schwierig. Die Autorin hat im Zusammenarbeit mit einer Apotheke aus diesem Grund von einigen Schüßler Salzen auch Lotionen anfertigen lassen. Diese sind durch ihre Konsistenz gut für die großflächige Anwendung geeignet.

Anfragen bitte nur per Fax an die Autorin!

Preiswerte Schüssler [Salben](#), [Cremes](#), [Lotionen](#) oder [Schüßler Salze](#) - meine persönliche Empfehlung an Sie.

Wichtiger Hinweis:

Jedes Rezept ist erfolgreich in der täglichen Praxis erprobt. Dennoch - setzen Sie es immer erst nach Rücksprache mit Ihrem Arzt oder Heilpraktiker ein. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

Inhaltliche Verantwortung und zur Kontaktaufnahme:



Ingrid Boller

Ingrid Boller
Heilpraktikerin
Holtenauer Straße 202
24105 Kiel

www.heilpraktikerin-boller.de

Haupttherapien:

- Darmsanierung
- Sauerstoff- Ozontherapie
- Biochemische Mineralstofftherapie nach Dr.Schüssler

Videos, weitere Rezepte: [Schüssler-Salze](#), [Homöopathie](#), [Bachblüten](#), [Kinderheilkunde](#)
Neu: [Schüssler-Salze barrierefrei vorgelesen](#), [Schüssler-Salze Rezepte vorgelesen](#)

Dazu:

[Alternativ Medizin und Schüssler-Salze](#) , [Naturheilkunde Erfahrungsberichte von A - Z](#)

[Therapiebeschreibungen von A - Z](#) , [Gesundheitstees](#) und [Gesunde Ernährung](#)

	<p>Marken Schüssler-Salze von Orthim Werbeanzeige</p> <p>Preiswert, da nur über Direktversand durch unseren Partner, der omp-Apotheke erhältlich. Ab einem Warenwert von 20 Euro versandkostenfrei. Telefonische Bestellannahme: 0 52 42/93 1130 - Fax 0 52 42/93 11368 Web-Shop: www.omp-apotheke.de</p>	
---	--	---