



Wie Schüssler Salze beim Abnehmen unterstützen

Jedes Jahr wieder sind die Zeitschriften voll von Tipps zum Thema Abnehmen, den neuesten Wunder-Diäten, wundersamen Diät-Pillen, deren Herkunft oder Zusammensetzung kaum jemand wirklich kennt oder wissen möchte, die neuesten sogenannten wissenschaftlichen Erkenntnissen wie Abnehmen im Schlaf und die obskursten Empfehlungen zum Abnehmen, die man lieber nicht ausprobieren möchte oder die so aufwendig und kompliziert sind, dass auch dies im Alltag scheitert.

Es wird ein unerfüllter Traum bleiben, darauf zu hoffen im Schlaf abzunehmen und Crash-Diäten sind alles andere als sinnvoll. Da setze ich lieber auf Schüssler Salze.

Gesund abnehmen mit Schüssler Salzen

Gesund abnehmen bedeutet, vernünftige vollwertige Ernährung, wenig Fett, wenig Süßes, dafür viel Obst-Gemüse-Ballaststoffe, regelmäßige maßvolle Bewegung, um die Fettverbrennung anzuregen. Viel Flüssigkeit trinken und mit Hilfe naturheilkundlicher Möglichkeiten, wie den Schüssler Salzen den Stoffwechsel zu aktivieren und die Entschlackung und Fettverbrennung zu fördern. Naturheilkundlich könnten je nach Beschwerden/Symptomen und dem iridologischen (augendiagnostischen) Konstitutionstyp zusätzliche Maßnahmen sinnvoll oder erforderlich sein, z.B. Akupunktur, Tees, homöopathische, phytotherapeutische Maßnahmen und anderes mehr.

Außerdem ganz wichtig beim gesunden Abnehmen = GEDULD !

Denn was sich monatelang oder jahrelang angesammelt hat, kann nicht in 4 Wochen verschwunden sein!

Mein Schüssler Salz Rezept zum Abnehmen

Das [Schüssler Salz Nr.4](#) (Kalium chloratum) D6 regt als klassisches Haut- und Schleimhautmittel die Lymphe an. Um den Stoffwechsel zu stärken und die Verdauung zu fördern wähle ich [Schüssler Salze Nr.5](#) (Kalium phosphoricum) D6. Zur Anregung der Leber und zur Förderung der Ausscheidung über den Magen-Darmtrakt nehme ich [Schüssler-Salz Nr.6](#) (Kalium sulfuricum) D6. Für den Wasserhaushalt [Schüssler-Salze Nr.8](#) (Natrium chloratum) D6. Das [Schüssler Salz Nr.9](#) (Natrium phosphoricum) D6 reguliert den Fettstoffwechsel und hilft bei der Verbrennung. Und das [Schüssler-Salz Nr.10](#) (Natrium sulfuricum) D6 regt die Nieren an, fördert die Ausscheidung und verbessert somit den gesamten Ausscheidungsprozess.

Jeweils 3x 2 Tabl. im Munde zergehen lassen.

Ich kaufe preiswerte Schüssler Salze [hier](#)

Wer zusätzlich die Haut und das Bindegewebe straffen will, vielleicht besonders im Bauchbereich und Brustbereich, sollte abwechselnd die Salben / [Lotionen Nr. 1](#) Calcium fluoratum und [Nr.11 Silicea](#) einmassieren.

Zusätzliche Hinweise für Schüßler-Salz 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 oder Mail an die Autorin!

Andere Schüßler-Salze kämen je nach Problematik zusätzlich zum Einsatz. Daher sollten weiterführende Maßnahmen individuell besprochen werden. Beschwerden, Symptome oder Befindlichkeitsstörungen sollten nach Rücksprache mit einem Heilpraktiker/Arzt behandelt werden.

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

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
Holtener Straße 202
24105 Kiel
www.heilpraktikerin-boller.de

Haupttherapien:

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

Videos, weitere Rezepte: [Schüssler-Salze](#), [Bachblüten](#), [Homöopathie](#), [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](#)

	Marken Schüßler-Salze von Orthim <small>Werbeanzeige</small> 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	
---	---	---