

Medicinale omeopatico

Per le indicazioni qui riportate non vi è, allo stato, evidenza scientificamente provata dell'efficacia del medicinale omeopatico.

Cod. B4018-06-2011

I Sali Dr. Schüssler sono prodotti dal 1873 dalla Deutsche Homöopathie-Union (DHU), leader mondiale presente in oltre 50 Paesi.



**Schwabe Pharma
Italia**
From Nature. For Health.

Schwabe Pharma Italia Srl
Via Silvio Menestrina 1
I - 39044 Egna - Neumarkt (BZ)
Tel. +39 0471 353355
Fax +39 0471 353133
info@schwabe.it
PEC schwabe@pec.it
www.schwabe.it



servizioclienti@schwabe.it

Il servizio non sostituisce
la consulenza o la visita
del proprio medico curante.

I SALI FUNZIONALI PER L'INVERNO

Una guida utile
per il benessere fisico

Sali Dr. Schüssler

Sali Dr. Schüssler

Salute e benessere sono direttamente proporzionali: la salute del nostro corpo è fortemente correlata al benessere della nostra mente!



“La salute è una condizione di armonico equilibrio, fisico e psichico, dell’individuo, dinamicamente integrato nel suo ambiente naturale e sociale”. (A. Seppilli, 1966)

La salute nelle nostre mani: la prevenzione.

L’approccio della medicina tradizionale si basa sull’esame dei sintomi, sul riconoscimento e sul trattamento della patologia responsabile di tali sintomi. Al contrario, la medicina preventiva mira in primo luogo a prevenire la comparsa della malattia o a diagnosticarla in fase iniziale. ⁽¹⁾

Prevenire significa porre in atto tutta una serie di azioni finalizzate al mantenimento o al miglioramento dello stato di salute, quindi volte ad anticipare l’insorgere di un determinato tipo di patologia o a limitarne i danni. ⁽¹⁾

Esistono infatti tre livelli di prevenzione:

- **PRIMARIA:** evita o contrasta l’insorgere di una patologia.

esempio: svolgere una sana e regolare attività fisica, abbinata a un’alimentazione equilibrata dal punto di vista sia qualitativo che quantitativo.

- **SECONDARIA:** è legata alla diagnosi precoce di una patologia nascente, riducendo al minimo le conseguenze sfavorevoli.

esempio: cominciare a praticare attività fisica e ad avere un corretto regime alimentare

- **TERZIARIA:** cura e riduce i “danni” prodotti da una patologia, limitando le complicazioni e prevenendo l’ulteriore progressione.

esempio: praticare attività fisica come terapia “riabilitativa” e preventiva contro eventuali recidive. ⁽²⁾

Che cos'è il sistema immunitario?

Il termine immunità deriva dal latino *immunitas*, che si riferisce alla protezione della perseguibilità legale, di cui godevano i senatori romani in carica. Storicamente, immunità significa protezione dalla malattia, più specificamente, dalla malattia infettiva. Le cellule e le molecole responsabili dell'immunità costituiscono il sistema immunitario e la loro risposta coordinata verso sostanze estranee è chiamata risposta immunitaria.

La funzione fisiologica del sistema immunitario è la difesa da agenti infettivi; tuttavia, anche sostanze estranee di natura non infettiva possono suscitare una risposta immunitaria.⁽⁴⁾ Infatti, agenti inquinanti, un'alimentazione scorretta ed anche stress prolungati possono debilitare il sistema immunitario.

IL GIUSTO FUNZIONAMENTO RICHIEDE UNA DIETA:

- Ricca di cibi integrali, frutta verdura, cereali, legumi
- Povera di grassi e zuccheri raffinati
- Che contenga una quantità di proteine adeguata, ma non eccessiva

In particolare, è dimostrato che un consumo regolare di frutta e verdura riduce la possibilità di contrarre patologie respiratorie infettive.⁽⁵⁾

Le temperature invernali, la nebbia o lo smog, sono l'ambiente ideale per la diffusione dei microrganismi patogeni. Inoltre, con la brutta stagione, aumenta il tempo che passiamo in luoghi chiusi, e il contatto ravvicinato facilita la trasmissione della malattia.

Le infezioni più frequenti colpiscono le alte vie respiratorie come naso e gola provocando raffreddore, influenza, tosse, mal di gola e sinusite. Meno frequentemente si manifestano le infezioni a carico delle basse vie respiratorie come bronchiti e polmoniti.⁽²⁾

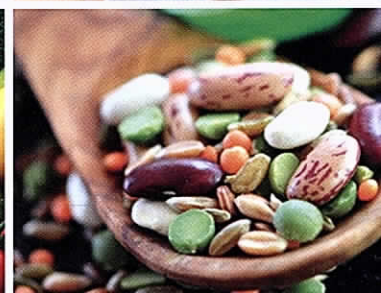
Prevenire è meglio che curare!

L'alimentazione gioca un ruolo importante per la salute dell'organismo umano, contribuendo a fornire l'energia indispensabile al suo buon funzionamento. La carente assunzione di oligoelementi (ferro, rame, magnesio, silicio, zinco) può indurre la comparsa di deficit immunitari, così come un ridotto apporto vitaminico può incidere sulla attività del sistema immunitario.⁽³⁾

Un'alimentazione equilibrata e ricca di frutta e verdura cruda o cotta consente di apportare il contenuto vitaminico e di sali minerali indispensabile per il rimanere in salute.

È inoltre importante idratarsi correttamente: l'acqua è sempre preziosa perché consente di eliminare le tossine e reidratare l'organismo.

Oltre ad una corretta e sana alimentazione è bene non dimenticarsi di fare attività fisica, per favorire il consumo delle calorie ingerite e migliorare la circolazione e l'ossigenazione dell'organismo nonché le attività metaboliche.⁽⁶⁾



Le 10 regole d'oro per limitare di ammalarsi in inverno:

Alcune semplici regole per affrontare nel migliore dei modi il periodo più freddo dell'anno e proteggersi dai malanni dell'inverno. Ecco cosa è bene fare e non fare:

- 1. REGOLARE LA TEMPERATURA DEGLI AMBIENTI INTERNI:** curare l'umidificazione degli ambienti di casa riempiendo le apposite vaschette dei radiatori: il freddo e un'aria troppo secca possono costituire un'insidia per la salute.
- 2. AERARE CORRETTAMENTE I LOCALI**
- 3. ASSUMERE PASTI E BEVANDE CALDE:** bere almeno 1 litro e 1/2 di liquidi, evitare gli alcolici perché non utili contro il freddo, ma favoriscono la dispersione del calore prodotto dal corpo.
- 4. USCIRE NELLE ORE MENO FREDDI DELLA GIORNATA:** evitare, se possibile, la mattina presto e la sera soprattutto se si soffre di malattie cardiovascolari o respiratorie.
- 5. PROTEGGERSI DAGLI SBALZI DI TEMPERATURA** quando passate da un ambiente caldo ad uno freddo e viceversa.

6. LAVARSI SPESSO LE MANI: generalmente il virus si deposita sulla pelle e su qualsiasi tipo di superficie (computer, telefono, scrivania, bottiglie, bicchieri e così via), dove sopravvive per alcune ore. Toccando un oggetto contaminato, è possibile che il virus si trasmetta sulle nostre mani e, da qui, su naso e bocca.

7. EVITARE I LUOGHI AFFOLLATI: supermercati, ristoranti, cinema, ma anche ambiente di lavoro e scuola, sono focolai di infezioni, dove i microrganismi proliferano e si trasmettono facilmente.

8. EVITARE DI FUMARE: il fumo paralizza le ciglia vibratili, che rivestono l'interno delle vie respiratorie, le quali hanno il compito di rimuovere i corpi estranei, facilitandone l'espulsione.

9. PRATICARE ATTIVITÀ FISICA CON REGOLARITÀ contribuisce ad irrobustire il sistema immunitario ed a essere più resistenti contro l'aggressione di virus e batteri.

10. CONTROLLARE LA QUALITÀ DEL SONNO: la carenza cronica di sonno o il sonno di cattiva qualità costituiscono uno dei fattori di rischio delle malattie cardiovascolari. Inoltre, l'insonnia aggrava lo stress, una delle principali cause dell'accelerazione dell'invecchiamento e dell'indebolimento del sistema immunitario. ⁽⁷⁾



I Sali minerali funzionali per l'inverno

FOSFATO DI FERRO

Il fosfato di ferro è presente soprattutto nelle cellule dei muscoli, nel sangue, nel cervello, nel fegato, negli organi più irrorati e più caldi del nostro organismo, in molte ghiandole endocrine, nella parete intestinale e nei villi intestinali.⁽⁸⁾

Il ferro è una sostanza funzionale e, come elemento costitutivo dell'emoglobina prende parte, a molte reazioni enzimatiche. È indispensabile per la prevenzione delle infezioni: una corretta concentrazione di ferro nel nostro organismo favorisce il buon funzionamento del sistema immunitario. Il fosfato di ferro è la sostanza fondamentale nella prima fase delle infiammazioni.⁽⁸⁾

CLORURO DI POTASSIO

Il cloruro di potassio si trova in molte cellule dell'organismo, in particolare in quelle del cervello, dei nervi e dei muscoli, come anche negli eritrociti.

È un valido aiuto per migliorare la funzionalità delle ghiandole grazie alla sua azione di disintossicazione e purificazione cellulare, aiuta ad eliminare secrezioni viscidose e biancastre, essudati e gonfiori.⁽⁸⁾

SOLFATO DI POTASSIO

Questo sale minerale è presente nell'epidermide, nelle mucose, nelle ossa, nella cartilagine e nelle unghie. Lo ione di solfato è parte integrante degli aminoacidi e quindi riveste un ruolo importante nel metabolismo proteico. Il solfato di potassio, grazie al contenuto di zolfo, aiuta l'eliminazione delle sostanze dannose o secrezioni giallognole attraverso la pelle o le mucose stimolando in tal modo la guarigione.⁽⁸⁾

Bibliografia:

¹Il manuale Merck per la salute, Springer – Raffaello Cortina Editore pagg. 26/29

²Il manuale Merck per la salute, Springer – Raffaello Cortina Editore pagg. 1244

³Patologia generale Piccin editore Pontieri et al 2011

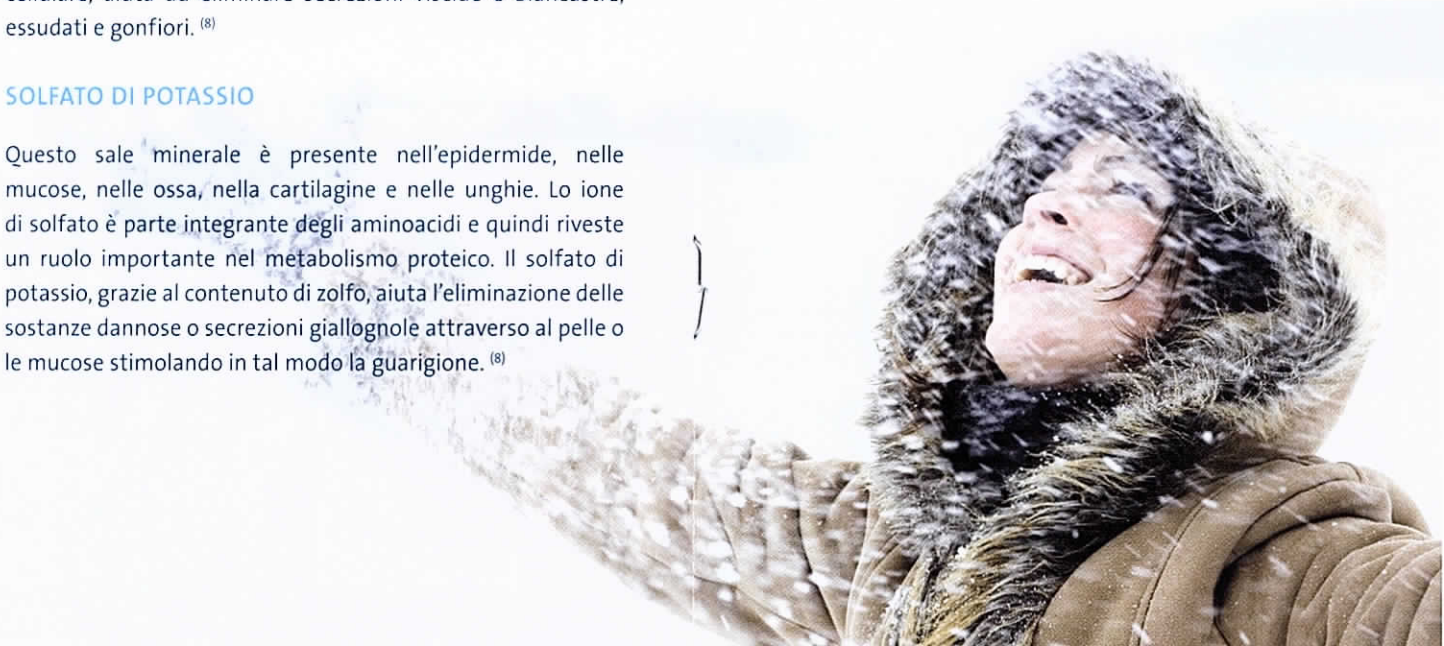
⁴Immunologia cellulare e molecolare – Elsevier – Abbas Cap. 1

⁵Enciclopedia della nutrizione – Tecniche Nuove – M. Murray 2009

⁶http://www.salute.gov.it/imgs/C_17_opuscoliPoster_3_allegato.pdf

⁷http://www.salute.gov.it/portale/news/p3_2_1_1_1.jsp?lingua=italiano&menu=notizie&p=dalministero&id=461

⁸I Sali minerali del dr. Schuessler – Kelleberger Nouva IPSA editore pagg. 39/44/54



Sali Dr. Schüssler - una storia di successo



**Dr. Wilhelm
Heinrich Schüssler
1821 - 1898**

1. COSA SONO I SALI DR. SCHÜSSLER E COSA FANNO?

I sali minerali sono importanti per il nostro corpo. Assolvono ad una varietà di funzioni: supportano e regolano le funzioni dell'organismo, armonizzando eventuali disfunzioni. Oltre a ciò, facilitano il ripristino dello stato di salute in caso di numerosi disturbi e hanno un effetto vitale sulla generale condizione del corpo. Alla fine del 19° secolo, il medico tedesco Dr. Wilhelm Heinrich Schüssler sperimentò come utilizzare 12 sali minerali, essenziali nel trattamento di diverse disfunzioni organiche. Secondo quanto indicato dal Dr. Schüssler, l'equilibrio intracellulare di questi 12 sali è strettamente necessario per una corretta funzionalità organica.

Effetti sulle funzioni cellulari del corpo

La grandezza sta nelle piccole cose

I sali minerali sono piccoli componenti delle nostre cellule, ma assolutamente essenziali per la loro funzione. Una carenza o un disequilibrio di questi minerali vitali, può portare a disfunzioni cellulari o addirittura organiche.

I benefici dei Sali Dr. Schüssler

I sali minerali sono presenti anche nel nostro cibo, ma spesso non arrivano dove il nostro corpo ne ha realmente bisogno.

I Sali minerali Dr. Schüssler sono preparati in modo tale da renderli facilmente disponibili a tutte le cellule del corpo.

Dr. Schüssler ha basato la sua terapia su un totale di 12 Sali minerali, chiamandoli "sostanze funzionali", proprio per le funzioni essenziali che assolvono nel nostro corpo.

Stimolano il naturale equilibrio cellulare

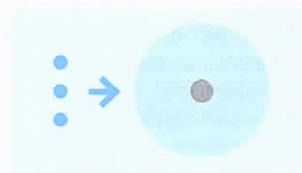
Gli effetti benefici associati ai Sali Dr. Schüssler sono molteplici. Aiutano a ripristinare il contenuto di minerali presenti nelle cellule, stimolando naturalmente il processo di autoguarigione del corpo.

Importante

Oggi, come in passato, i Sali Dr. Schüssler sono classificati come medicinale omeopatico.

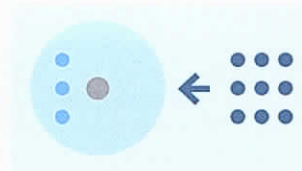
1

I Sali Dr. Schüssler vengono facilmente e velocemente assorbiti dalla cellula.



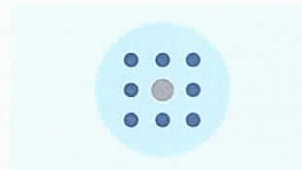
2

Una volta assorbiti all'interno della cellula, ne regolano i processi chimici.



3

L'equilibrio della cellula è ristabilito.



3 Ferrum phosphoricum

IL SALE DEL PRIMO SOCCORSO



infiammazioni (1° stadio)
malattie da raffreddamento
febbre (fino ai 38,5 gradi)
faringiti e laringiti
otalgie
cistiti
scottature solari
ferite ed emorragie
ferite da taglio
contusioni, slogature e lussazioni
emorragie
gengive sanguinanti ed epistassi
sistema immunitario
carezza di ferro

Cenno di semeiotica

- Rosso "ferroso" sulle orecchie e guance
- Occhio infossato
- Ombre scure all'interno della zona peri-oculare

Spunti per il consiglio in farmacia

- Ha una bassa capacità di resistenza - soffre spesso di malattie da raffreddamento?
- Si sente affaticato?
- Si sente stanco - ha difficoltà di concentrazione?
- Come reagisce la sua pelle all'esposizione al sole?

Posologia

STATO ACUTO: si consiglia l'assunzione di 1 - 2 compresse ogni 15 minuti, diradando la somministrazione al miglioramento dei sintomi.

STATO CRONICO E PREVENZIONE: si consiglia l'assunzione di 1 - 2 compresse 3 volte al giorno.

Sciogliere lentamente le compresse sotto la lingua, per permettere un miglior assorbimento.

Bibliografia:

Richard Kellenberger, Friedrich Kopsche - I Sali minerali del dott. Schüssler - come raggiungere il benessere psicofisico
Günther H. Heepen - I Sali di Schüssler - 12 sostanze minerali per la salute
Wilhelm Heinrich Schüssler - An Abridged Therapy: Manual for the biochemical treatment of disease

4 Kalium chloratum

IL SALE DELLE MUCOSE



infiammazioni (2° stadio)
malattie della alte vie respiratorie con secrezioni fibrose e gonfiore ghiandolare
mucose
riniti
bronchiti
tosse con catarro
disturbi gastrici
coliti
cistiti

Cenno di semeiotica

- Colorito bianco - latteo
- Vascolarizzazione evidente, soprattutto sulle guance (couperose)
- Irritazione della rima palpebrale

Spunti per il consiglio in farmacia

- È spesso soggetto a raffreddore cronico?
- È soggetto a tosse grassa e cronica?
- Si sveglia con gli occhi gonfi?

Posologia

STATO ACUTO: si consiglia l'assunzione di 1 - 2 compresse ogni 15 minuti, diradando la somministrazione al miglioramento dei sintomi.

STATO CRONICO E PREVENZIONE: si consiglia l'assunzione di 1 - 2 compresse 3 volte al giorno.

Sciogliere lentamente le compresse sotto la lingua, per permettere un miglior assorbimento.

Bibliografia:

Richard Kellenberger, Friedrich Kopsche - I Sali minerali del dott. Schüssler - come raggiungere il benessere psicofisico
Günther H. Heepen - I Sali di Schüssler - 12 sostanze minerali per la salute
Wilhelm Heinrich Schüssler - An Abridged Therapy: Manual for the biochemical treatment of disease

6 Kalium sulfuricum



IL SALE DELLE INFIAMMAZIONI CRONICHE

infiammazioni (3° stadio)

catarro cronico delle vie respiratorie

infiammazioni croniche di faringe e congiuntiva

muco residuo

pelle

malattie cutanee croniche con desquamazione

psoriasi

Cenno di semeiotica

- Colorazione giallo - brunastra della pelle (soprattutto nell'angolo interno dell'occhio e sotto il labbro inferiore)
- Pigmentazione brunastra sulle guance
- Lentiggini

Spunti per il consiglio in farmacia

- È soggetto a sinusite?
- È soggetto a psoriasi?
- Tende ad avere spesso infiammazioni croniche?

Posologia

STATO ACUTO: si consiglia l'assunzione di 1 - 2 compresse ogni 15 minuti, diradando la somministrazione al miglioramento dei sintomi.

STATO CRONICO E PREVENZIONE: si consiglia l'assunzione di 1 - 2 compresse 3 volte al giorno.

Sciogliere lentamente le compresse sotto la lingua, per permettere un miglior assorbimento.

Bibliografia:

Richard Kellenberger, Friedrich Kopsche - I Sali minerali del dott. Schüssler - come raggiungere il benessere psicofisico

Günther H. Heepen - I Sali di Schüssler - 12 sostanze minerali per la salute

Wilhelm Heinrich Schüssler - An Abridged Therapy: Manual for the biochemical treatment of disease

B469 - Deposito AIFA 29/03/2012 RISERVATO AGLI OPERATORI SANITARI

