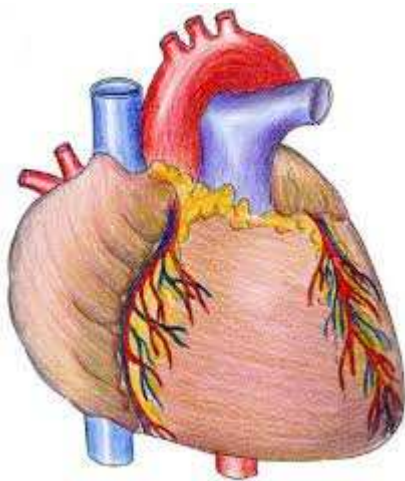


Schüsslerzouten voor ritme en regelmaat

Bijna één op de vier volwassen Nederlanders heeft een verhoogde bloeddruk. Omdat dit meestal niet gelijk tot klachten leidt valt dit vaak (te) laat op. Bij het grootste deel van de mensen (90-95%) is de oorzaak van de verhoogde bloeddruk niet bekend en spreekt men dan ook van een essentiële of idiopathische hypertensie. De aan- en ontspanningsfasen van de hartspieren en de vernauwing en verwijding van de vaten worden door diverse lichaamssystemen beïnvloed. In stresssituaties stijgt bijvoorbeeld de bloeddruk; in slaap is deze verlaagd. Schüsslerzouten ondersteunen het aanpassingsvermogen van het organisme. Zij kunnen zowel preventief als ook bij de behandeling met (reguliere) medicatie worden ingezet. Het belangrijkste middel in deze toepassing is Schüsslerzout Nr. 5; Kalium phosphoricum (D6).

Kalium phosphoricum kracht voor het hart

De bloeddruk die wordt gemeten is de vullingsdruk van de arteriën (slagaders). Het hart pompt dagelijks meer dan 7000 liter bloed door het lichaam. Tijdens de aanspanning en ontspanningsfasen van de hartspieren ontstaan drukgolven die we als puls kunnen voelen en meten. Ook wordt de bloeddruk bepaald door de spierspanning in de vaatwand van de arteriën, vaten en de nierfunctie. Schüsslerzout Kalium phosphoricum (nr. 5) is een krachtmiddel voor zowel het hart als de vaten. De hartspier wordt ondersteund en de bloedcirculatie en daarmee eigenlijk de functies van alle organen.



Energie en zenuwkracht voor de stressverwerking

Kalium phosphoricum is tevens het versterkingsmiddel voor het zenuwstelsel. Het ondersteunt de sympathicus en de vasomotorische zenuwen. Bij stress zijn van beide de tonus verhoogd; dat leidt tot een hogere bloeddruk, waardoor het hart harder moet pompen en er meer druk op de vaten komt. Dit kan op ten duur leiden tot coronaire (kransslagaderlijke) hartproblemen bij aderverkalking en vernauwing van de vaten, TIA's of hersenbloedingen, problemen aan nieren en ogen. Door Kalium phosphoricum (nr. 5) wordt de belastbaarheid van de zenuwen verhoogd en hart en vaten ondersteund.

Profylactisch (preventief) kunnen 3-5 tabletten per dag worden ingenomen. Bij verstoringen wordt de dosering naar 7-10 tabletten verhoogd.

Naast aanpassingen in de leefstijl zoals gezonder en matiger eten, meer bewegen, minder zout, minder alcohol en meer ontspanning kunnen de volgende celzoutadviezen worden gegeven:

Hart en vaten in balans

- 's Morgens: Nr. 2 Calcium phosphoricum
- 's Middags: Nr. 5 Kalium phosphoricum + Nr. 8 Natrium phosphoricum
- 's Avonds: Nr. 7 Magnesium phosphoricum (zenuwen en ontspannen)
- Extra afvoer van nieren noodzakelijk, dan Nr. 10 Natrium sulfuricum toevoegen.

Dosering: van allen 7-10 tabletten.

RITME, REGELMAAT en RUST!