

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

**Herausgeber:** A. Vogel

**Band:** 68 (2011)

**Heft:** 12: Schlafapnoe

**Artikel:** Schüssler-Salze für Männer

**Autor:** Horat Gutmann, Petra / Müller-Frahling, Margit

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-554857>

### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 29.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Schüssler-Salze für Männer

Viele Frauen schwören auf Schüssler-Salze für die Pflege ihrer Gesundheit und Schönheit. Die «Gesundheits-Nachrichten» wollten von der deutschen Schüssler-Salz-Expertin Margit Müller-Frahling wissen, ob Schüssler-Salze auch für Männer etwas bringen.

Petra Horat Gutmann

**GN (Petra Horat Gutmann):** Frau Müller-Frahling, Sie arbeiten seit vierzehn Jahren mit Schüssler-Salzen und empfehlen die potenzierten Fertigarzneien auch für Männer. Warum?

**Margit Müller-Frahling (M. M.-F.):** Nach meiner Erfahrung sind Schüssler-Salze eine preiswerte und effiziente Gesundheitsprophylaxe. Während vielen Jahren habe ich beobachtet, dass sich Schüssler-Salze auch zur Anwendung bei einer Reihe weit verbreiteter Männerbeschwerden eignen. Häufig sind es allerdings die Frauen, die die Beratung suchen und die Schüssler-Salze an ihre Männer weiterreichen.

**GN:** Frauen setzen unter anderem auf Schüssler-Salze, um eine schöne, glatte Haut zu bewahren. Empfehlen Sie Männern, Schüssler-Salze gegen Geheimratsecken einzunehmen?

**M. M.-F.:** Wenn sich der Mann an Geheimratsecken stört, warum nicht? Präventiv würde ich in diesem Fall zur täglichen Einnahme des Salzes Nr. 11 raten, also Silicea. Gleichzeitig ist die Zufuhr von Kieselsäure aus der Nahrung zu erhöhen.

Biochemisch betrachtet, kräftigt Kieselsäure das Bindegewebe und unterstützt die Ausscheidung überschüssiger Säureverbindungen. Zum Abbau der frei werdenden Säuren ist die Anwendung von Natrium phosphoricum empfehlenswert. Ein weiteres Mittel bei altersbedingtem Haarausfall ist das Schüssler-Salz Nr. 5, Kalium phosphoricum. Es wirkt harmonisierend auf die Keimdrüsen.

**GN:** Geheimratsecken sind «Peanuts», verglichen mit den grossen, häufig tödlichen Männerkrankheiten. Raten Sie einem Klienten mit stressbedingten Herz-Kreislauf-Beschwerden ebenfalls zu Schüssler-Salzen?

**M. M.-F.:** Ja, das tue ich, allerdings zur Prophylaxe oder als Unterstützung einer medizinischen Therapie. Die Betroffenen sollen eine schulmedizinische Behandlung weiterführen, gesund essen, sich viel bewegen und begleitend dazu Schüssler-Salze einnehmen.

In der Schüsslerschen Biochemie kennen wir die so genannte «Energieschaukel». Das sind drei Schüssler-Salze, die sich ideal für den Einsatz bei Herz-Kreislauf-Beschwerden eignen: Am Morgen nimmt man das Schüssler-Salz Nr. 2, Calcium phosphoricum, für die Regeneration insgesamt und um die Kontraktionsfähigkeit der Muskulatur zu fördern. Nach dem Mittagessen folgt das Schüssler-Salz Nr. 5, Kalium phosphoricum, das den Herzmuskel stärkt, allen Zellen Energie zuführt und die Konzentrationskraft fördert. Abends kommt die Nr. 7 hinzu, Magnesium phosphoricum, um das Abschalten und Durchschlafen zu erleichtern. Diese drei Basismittel können individuell ergänzt werden, zum Beispiel durch Calcium fluoratum (Nr. 1), das die Elastizität der Blutgefäße unterstützt, Kalium chloratum (Nr. 4), das die Fliessfähigkeit des Blutes verbessert, oder Natrium phosphoricum (Nr. 9), das überschüssige Säuren abbaut. Von jedem Mittel nimmt man am besten sieben bis zehn Tabletten über den Tag verteilt ein.“

**GN:** Herz-Kreislauf-Beschwerden sind häufig stressbedingt ...

**M. M.-F.:** Richtig, deshalb ist es wichtig, die Nerven zu stärken. Das kann man mit einem Mittel wie dem Schüssler-Salz Nr. 7, Magnesium phosphoricum. Darüber hinaus ist Magnesium phosphoricum ein hilfreiches Schlaf- und Weckmittel: Es lindert die bei Stress häufig auftretende morgendliche Müdigkeit,

reduziert das abendliche Aufgekratzsein und fördert das Durchschlafen.

**GN:** Vorausgesetzt, man führt gleichzeitig mehr Magnesium aus der Nahrung zu?

**M. M.-F.:** So ist es. Da Schüssler-Salze homöopathisch potenzierte Mineralstoffe sind, führen sie dem Körper keine Mineralien zu, sondern erleichtern lediglich die Aufnahme aus der Nahrung. Bei nervlicher Anspannung und Stress ist deshalb die tägliche Einnahme magnesiumreicher Nahrungsmittel besonders wichtig, zum Beispiel von grünen Salaten und Amaranth.

**GN:** Viele Männer jenseits der 50 leiden unter Sodbrennen und Reflux. Auch ein Fall für Dr. Schüssler?

**M. M.-F.:** Bei Klienten mit Reflux und Sodbrennen empfehle ich als erstes die «Energieschaukel». Das Schüssler-Salz Nr. 2 neutralisiert Säuren, also auch einen Überschuss an Magensäure, die Nr. 7 harmonisiert das Drüsensystem, unter anderem die Magendrüsen, und die Nr. 5 ist ein Energiespender für alle Körperzellen. Gleichzeitig muss der Klient seine Ernährungsgewohnheiten optimieren und sich fragen, ob er zu reizbar ist und mehr inneren Abstand und Ruhe benötigt.

**GN:** Männer, die chronisch unter Stress stehen, sind häufig von sexueller Lustlosigkeit betroffen. Wirken Schüssler-Salze lustfördernd?

**M. M.-F.:** Möglicherweise ja. Fest steht, dass der Penis der Energie-Seismograph des Mannes ist. Alles, was entspannt und Energie zuführt,

wirkt harmonisierend auf die Sexualkraft ein. In der Schüsslerschen Biochemie heissen die Mittel der Wahl rund ums männliche Sexualorgan Kalium phosphoricum und Magnesium phosphoricum, also die Salze Nr. 5 und 7. Klientinnen haben mir erzählt, dass die sexuelle Lust ihrer Männer alleine dank der täglichen Einnahme von Magnesium phosphoricum zurückgekehrt sei. So oder so halte ich es für wichtig, erektilen Dysfunktionen immer schulmedizinisch abklären zu lassen, um krankhafte Ursachen auszuschliessen. ■

