

Ferrum phosphoricum / Ferr-ph.

(Eisen-III-phosphat, Schüsslersalz Nr. 3)



Name und Potenz der pharmazeutischen Zubereitung:
Ferrum phosphoricum spag. Glückselig D6

Vorkommen im Organismus:
Wird im menschlichen Körper vor allem in der Milz, im Blut, in der Leber und innen an der Nasenwurzel gespeichert. Aus diesem Grund kann bei einem starken Mangel auch eine Einbuchtung an dieser Stelle entstehen.

Energiedefizit:
Ein Energiedefizit zeigt sich vor allem im Immunsystem und in der «Eisenverarbeitung» des Körpers. Entzündungen werden zu wenig effizient angegangen und die Fieberkurve verläuft nicht so wie sie sollte (bei Kindern zu stark, bei Erwachsenen zu schwach). Dies ist vor allem in Akutsituationen (Verletzung, Schock, Trauma, Insektenstich etc.) gut spür- und sichtbar. Aus diesem Grund wird Ferrum phosphoricum auch als Erste-Hilfe-Mittel der Mineralsalze bezeichnet, weil es vor allem im ersten Moment sein volles Potenzial zeigt.

Wirkung und Funktion:
Eisen ist als Spurenelement absolut lebensnotwendig. Rund 70 % des Eisens im menschlichen Körper befindet sich in den roten Blutkörperchen, genauer im Hämoglobin. Dort ist es in erster Linie für den Sauerstofftransport verantwortlich, indem es Sauerstoff ans Hämoglobin bindet. Jede erhöhte Zelltätigkeit (sportliche Betätigung, Immunantwort, Verletzung, Stress usw.) verbraucht deutlich mehr Sauerstoff als eine ruhende oder «normal» arbeitende Zelle. Und da wir in der heutigen, hektischen Zeit häufig unter Druck stehen, ist das Thema «Eisenmangel» in aller Munde. Auch geistige Arbeit und lange Konzentrationsphasen führen zu einem vermehrten Bedarf an Sauerstoff – steigt doch die Aktivität der Gehirnzellen in einem solchen Fall stark an. Wird dieser Bedarf nicht gedeckt, werden wir müde, träge und bekommen Kopfschmerzen.
Je stärker energetisiert die Eisenionen in unserm Körper sind, desto besser werden sie transportiert und in die roten Blutkörperchen eingelagert. Auch die Rückgewinnung des Eisens in der Leber und in der Milz wird

optimiert und die Aufnahme des Eisens im Darm wird durch Ferrum phosphoricum angeregt.

Indikationen:

- Blutarmut (oft in Kombination mit Ferrum sidereum oder Calcium phosphoricum)
- Einschlafbeschwerden (vor allem durch Erschöpfung, Übermüdung)
- Erste-Hilfe-Situationen allgemein
- Fieber bis 38.5° C
- Grippale Infekte (vor allem das Frühstadium) und Atemwegsinfektionen
- Immunschwäche
- Infektionskrankheiten
- Konzentrationsmangel
- Magen-Darminfektionen mit akutem Durchfall
- Nach starker körperlicher Aktivität oder sportlicher Betätigung
- Rheumatische Erkrankungen (vor allem in akuten Stadien)
- Verletzungen, Prellungen, Quetschungen
- Verstopfung (vor allem chronisch)

Äusserliche Anwendung:

- Kalte Füsse und kalte Hände, Durchblutungs-schwäche
- Muskelkater, Muskelschmerzen, Sehnen- und Bänderprobleme
- Wundheilung (akut und subakut)

Modalitäten:

- Schlechter durch Bewegung, intensive körperliche oder geistige Aktivität, durch Wärme und in der Nacht.
- Besser durch Ruhe, Entspannung und kalte Anwendungen.

Körperliche Zeichen:

Eine intensive Röte bei Aufregung, die klassischen hektischen Flecken an Wangen und Hals, eine Einbuchtung oder bläuliche Verfärbung an der Nasenwurzel, dunkle Schatten um die Augen, Mundwinkelrisse, Längsrillen in den Fingernägeln oder hochrote Ohren sind körperliche Anzeichen für einen Ferrum phosphoricum Mangel.

Psychische Zusammenhänge:

Bei Ferrum phosphoricum ist es der Zwang oder das Bedürfnis, sich an allem aufzureiben und zu ärgern. Man sucht den Konflikt mit Mitmenschen, Partnern oder Freunden. Es kann so extrem werden, dass man krampfhaft versucht, gegen die Welt zu rennen, um eigene Bestätigung zu finden. Vor allem werden Sachzwänge verschiedenster Art nicht ertragen und es besteht eine Abneigung, sich äusseren Pflichten unterzuordnen. So sieht man sich im fortwährenden Lebenskampf gefangen. Letztlich kann das zu unbeständiger Stimmung mit Wechsel von Zorn und Angst führen.

Transformationsziele:

- Nicht die Umwelt abwehren, sondern sie wahrnehmen und sich ihr stellen.
- Klar und konzentriert auf die Lebensanforderungen reagieren können.
- Nicht immer schneller als alle anderen vorankommen wollen.
- Trotz äussere Zwänge das Leben in innerer Freiheit führen.

**Es ist wie es ist.
Und das ist gut so!**