



Natriumchlorid oder Speisesalz ist der am meisten konsumierte Mineralstoff der menschlichen Ernährung. Gelöst liegt Salz in Form von positiv geladenen Natrium- und negativ geladenen Chloridionen vor, die jeder für sich eine lebenswichtige Rolle für den Wasserhaushalt, das Nerven-

ger als 2 Gramm täglich wirkt sich negativ aus, da die geringe Salzkonzentration im Körper des Betroffenen jedes Durstgefühl stoppt und so zu einer Austrocknung führt.

Seit Alters her ist Salz ein wertvolles Handelsgut und wurde auch weißes Gold genannt. Potenziert wird **Nat-m**

Natrium muriaticum – das Speisesalz in der Homöopathie

system, die Verdauung und den Knochenaufbau spielen. Der Körper eines Erwachsenen enthält etwa 150 bis 300 Gramm Speisesalz und benötigt täglich 1 bis 3 Gramm zum Ausgleich des Verlusts durch Schweiß und Ausscheidungen. Bei einigen Erkrankungen oder starkem Schweißaustritt kann der tägliche Kochsalzverlust 20 Gramm erreichen. Die Salzmenge im menschlichen Körper wird nahezu konstant gehalten. Ist der Salzgehalt zu hoch, wird durch Flüssigkeitsausstoß überschüssiges Natriumchlorid ausgeschieden, womit ein Verlust an Wasser verbunden ist. Die Folge ist ein instinktiv ausgelöster Durst. Ein dauerhaft hoher Salzverbrauch steigert die Wassermenge im Körper und damit das Gewicht und kann zu einer Schädigung der Nierenfunktion führen. Der Konsum von weni-

ger als 2 Gramm täglich wirkt sich negativ aus, da die geringe Salzkonzentration im Körper des Betroffenen jedes Durstgefühl stoppt und so zu einer Austrocknung führt.

Seit Alters her ist Salz ein wertvolles Handelsgut und wurde auch weißes Gold genannt. Potenziert wird **Nat-m** zu einer bedeutenden tief wirksamen homöopathischen Arznei. Dazu ein Fallbeispiel aus meiner Praxis:
Ein 16-jähriges Mädchen leidet immer wieder unter morgendlicher Übelkeit, die nach dem Aufstehen langsam besser wird. Sie ist unglücklich über ihre unreine Haut, sehr schüchtern und ängstlich, fühlt sich als Außenseiterin, meint von ihren Mitschülern nicht verstanden zu werden, findet schwer Anschluss. Sie weint viel und zieht sich zurück, will allein sein. Sie hat große Angst, dass sie an einer schweren Krankheit leiden könnte, obwohl es dafür keinen Anhaltspunkt gibt, und grübelt viel über alles Mögliche nach, neigt dazu, eher alles negativ zu sehen. **Nat-m C 1000** als Einmalgabe lässt die morgendliche Übelkeit bald vergehen und bessert auch die unreine Haut.