MANUEL ILLUSTRÉ COMPLET • BASE DE CONNAISSANCES DE NATUROTHEEK

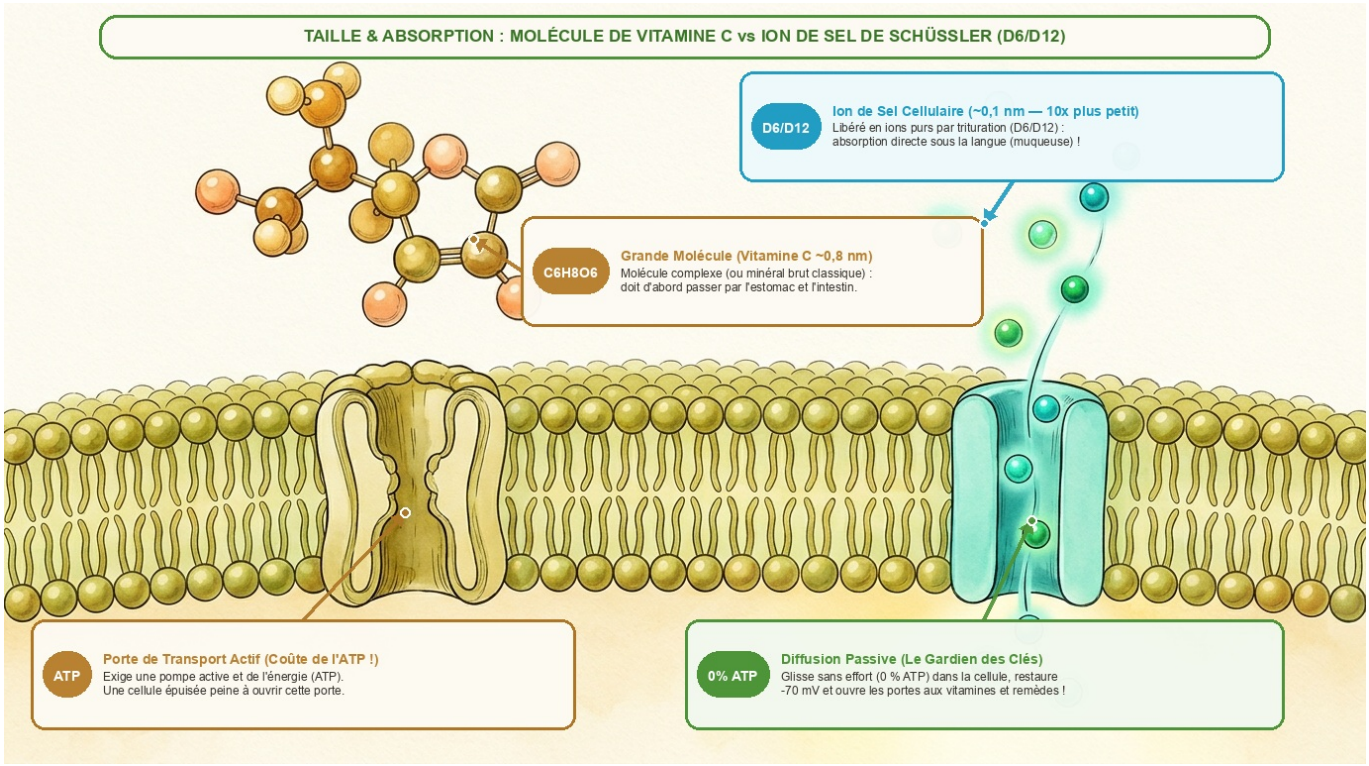
« Les 12 Clés de la Cellule » — Tous les Sels de Schüssler à la Table de Cuisine

Comment les ions minéraux libres (D6/D12) ouvrent la porte cellulaire avec 0 % d'énergie

CHAPITRE 1 — Grande Molécule vs Ion de Sel Libre : Pourquoi la Porte Cellulaire se Ferme

La découverte fondamentale du Dr Wilhelm Heinrich Schüssler (1821–1898) expliquée visuellement

Au XIXe siècle, le médecin allemand Dr Wilhelm Schüssler a découvert qu'une cellule humaine ne peut fonctionner sainement que lorsque ses 12 sels minéraux biochimiques sont en équilibre. Aujourd'hui, beaucoup prennent des vitamines et des minéraux classiques sans ressentir d'amélioration durable. Pourquoi ? Parce que le blocage ne se situe pas dans l'assiette, mais au niveau d'une porte cellulaire fermée !

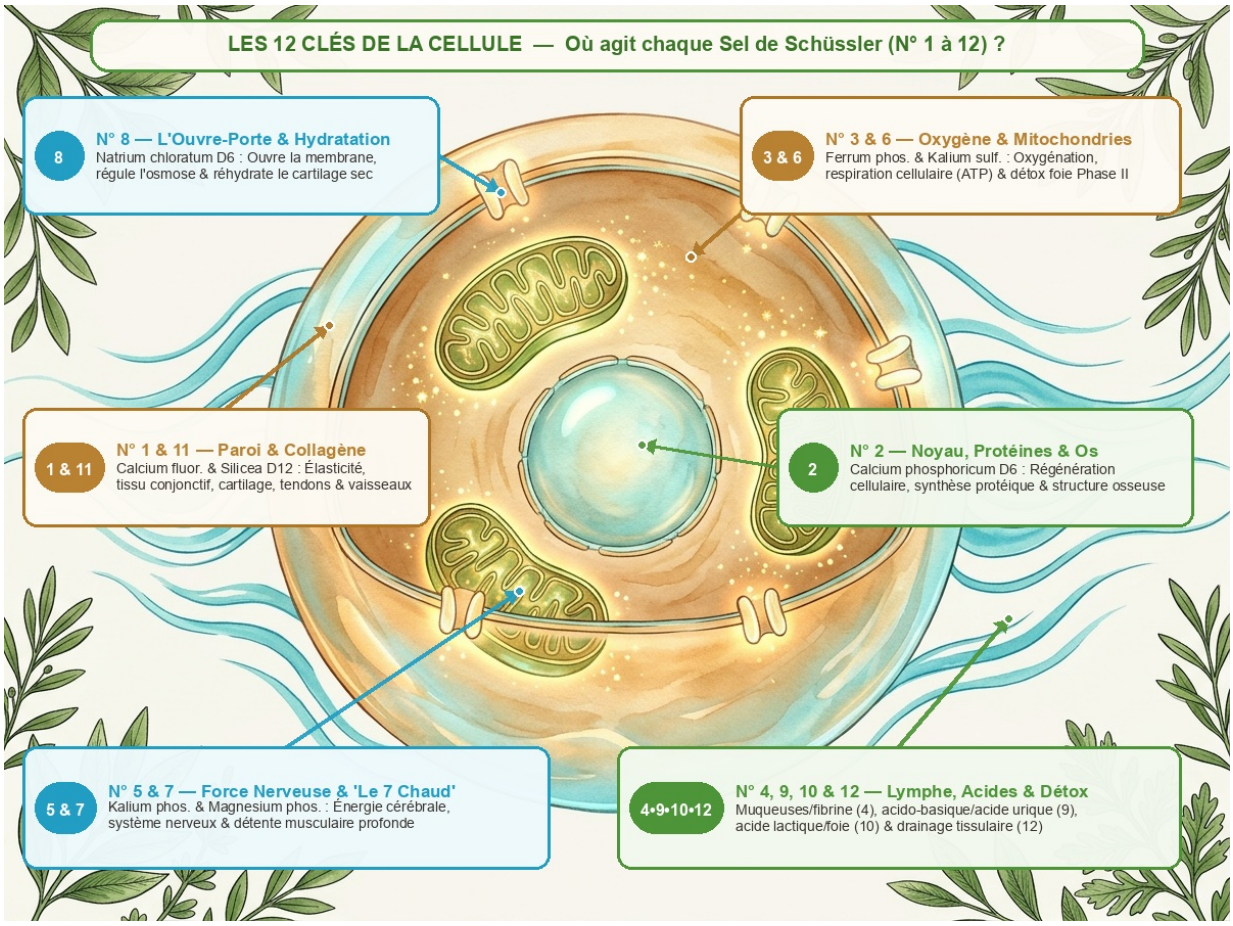


La Différence d'Échelle : Molécule de Vitamine C (~0,8 nm) vs Ion de Sel Cellulaire (~0,1 nm)

1. Compléments classiques & grandes molécules (à gauche) : Une molécule organique comme la Vitamine C (C6H8O6) ou un minéral brut est volumineuse. Elle doit traverser l'estomac et l'intestin, puis franchir une porte membranaire qui exige une pompe active et de l'énergie (ATP). Or, une cellule épuisée ou acidifiée manque précisément d'ATP pour ouvrir cette porte.
2. Ions libres de Sels de Schüssler (à droite) : Grâce à la trituration homéopathique (D6 ou D12), les minéraux sont dissociés en ions individuels chargés (~0,1 nm). Dès que le comprimé fond sous la langue, ces ions traversent la muqueuse buccale et entrent par diffusion passive (0 % d'ATP requis !) directement au cœur de la cellule.
3. Le Gardien des Clés pour vos autres remèdes : Une fois à l'intérieur, les sels restaurent le potentiel membranaire (-70 mV) et réactivent les pompes cellulaires, permettant enfin à vos vitamines, au magnésium et aux remèdes cellulaires d'être pleinement assimilés !

CHAPITRE 2 — La Grande Carte Cellulaire : Où Agit Chaque Sel de Schüssler (N° 1 à 12) ?

Vue d'ensemble des 12 fonctions biochimiques dans et autour de la cellule humaine



N° 1

Calcium fluoratum D12 — L'Artisan de l'Élasticité (Tendons, Ligaments, Vaisseaux)

Redonne de la souplesse aux tissus devenus trop rigides ou trop relâchés : ligaments, tendons, disques intervertébraux, parois veineuses, émail dentaire et cicatrices indurées. Agit en profondeur (dilution D12).

N° 2

Calcium phosphoricum D6 — Le Bâtisseur (Noyau Cellulaire, Protéines, Os & Convalescence)

Le grand sel de la reconstruction après une maladie, une fatigue profonde ou une fragilité osseuse. Indispensable à la synthèse des protéines, à la formation de nouvelles cellules et à la solidité du squelette.

N° 3

Ferrum phosphoricum D6 — Le Porteur d'Oxygène & Premier Secours

Fixe l'oxygène et l'achemine jusqu'aux mitochondries. C'est le remède de première intention dès les premiers signes d'inflammation, d'échauffement, de rougeur ou de friction articulaire (notamment cervicale).

N° 4

Kalium chloratum D6 — Le Protecteur des Muqueuses & de la Lymphe (Anti-Fibrine)

Le sel majeur des muqueuses (voies respiratoires, estomac, intestins) et des ganglions. Dissout les dépôts épais de fibrine, fluidifie la lymphe et soutient la 2e phase des processus inflammatoires.

N° 5

Kalium phosphoricum D6 — La Batterie Nerveuse & Cérébrale (Force Mentale)

Nourrit les neurones, le cerveau et le muscle cardiaque. Le sel de référence en cas d'épuisement nerveux, surmenage, stress émotionnel, troubles de la concentration et faiblesse musculaire après l'effort.

N° 6

Kalium sulfuricum D6 — Respiration Mitochondriale & Détox Foie Phase II

Transfère l'oxygène vers les mitochondries (centrales énergétiques) et soutient la régénération de la peau et des muqueuses. Indispensable à la sulfoconjugaison hépatique (Phase II) pour éliminer les toxines.

N° 7

Magnesium phosphoricum D6 — Le Grand Relaxant & « Le 7 Chaud »

Apaise les spasmes nerveux et détend en profondeur les muscles contractés (nuque, épaules, trapèzes, intestins). Célèbre sous forme de '7 Chaud' (7 à 10 comprimés dans de l'eau chaude) pour la détente et le sommeil.

N° 8

Natrium chloratum D6 — L'Ouvre-Porte & Régulateur Hydrique ('L'Éponge Sèche')

Régule l'osmose et ouvre les canaux membranaires. Dirige l'eau directement vers le cartilage et les disques intervertébraux déshydratés (arthrose, raideurs cervicales) et restaure le potentiel cellulaire de -70 mV.

N° 9

Natrium phosphoricum D6 — Le Tampon Acido-Basique (Anti-Acidité & Acide Urique)

Le grand désacidifiant du tissu conjonctif. Neutralise l'excès d'acide lactique et d'acide urique (évitant les dépôts cristallins et becs-de-perroquet/ostéophytes autour des vertèbres) et soutient la digestion des graisses.

N° 10

Natrium sulfuricum D6 — Le Grand Épurateur (Drainage Foie, Bile & Acide Lactique)

Le sel d'élimination par excellence : stimule le foie, la vésicule biliaire et les reins pour évacuer les déchets cellulaires (débris), l'acide lactique, les résidus et l'excès d'eau intercellulaire.

N° 11

Silicea D12 — Le Bâtisseur de Collagène (Cartilage, Tissu Conjonctif, Peau & Ongles)

La silice (D12) est l'architecte du collagène. Renforce la trame du cartilage articulaire, des disques intervertébraux, des tendons, des os, de la peau, des cheveux et des ongles.

N° 12

Calcium sulfuricum D6 — Le Débloqueur & Purificateur de la Matrice

Rend la matrice extracellulaire (le terrain autour des cellules) à nouveau perméable lorsque les échanges stagnent. Favorise le drainage des encombrements chroniques des muqueuses et du tissu conjonctif.

CHAPITRE 3 — Les 4 Coffrets Thématiques 5-en-1 de De Naturotheek

Pourquoi 5 sels synergiques forment ensemble un circuit biologique complet

En biochimie cellulaire, un sel agit rarement seul : pour apporter de l'oxygène (N° 3) ou régénérer un cartilage (N° 11), il faut d'abord ouvrir la porte membranaire (N° 8) et drainer les acides (N° 9/10). C'est pourquoi nous avons conçu 4 Coffrets 5-en-1 clés en main (disponibles en Cure Découverte 5x 120 comp. à 55,00 € ou en Cure Complète 5x 360 comp. à 99,00 € au lieu de 114,20 €) :

COFFRET 1

Les Cinq d'Or — Soutien Cellulaire Profond & Oncologique (N° 3 • 4 • 6 • 8 • 10)

• Composition : N° 3 (Oxygène), N° 4 (Lymphe & dissolution de la fibrine), N° 6 (Respiration mitochondriale & foie Phase II), N° 8 (Ouvre-porte membranaire) & N° 10 (Élimination de l'acide lactique et des débris cellulaires).
• Indications : Le socle biochimique de référence lors des protocoles cellulaires intensifs. Ouvre la membrane sans effort (0 % ATP), oxygène le terrain et draine les toxines aussi bien les jours de prise que les jours de repos.

COFFRET 2

Vitalité Cellulaire, Énergie & Force Nerveuse (N° 2 • 3 • 5 • 7 • 8)

• Composition : N° 2 (Régénération cellulaire), N° 3 (Oxygénation), N° 5 (Batterie nerveuse & cérébrale), N° 7 (Détente magnésienne / 'Le 7 Chaud') & N° 8 (Hydratation cellulaire).
• Indications : En cas de fatigue chronique, convalescence, Covid-long, épuisement nerveux, tensions dans la nuque et les épaules ou sommeil agité. Recharge la batterie cellulaire le jour et apaise profondément le soir.

COFFRET 3

Articulations Souples, Cartilage & Tissu Conjonctif (N° 1 • 2 • 8 • 9 • 11)

• Composition : N° 1 (Élasticité des tendons, ligaments & disques), N° 2 (Structure osseuse), N° 8 (Réhydratation de 'l'éponge cartilagineuse sèche'), N° 9 (Désacidification de l'acide urique & ostéophytes) & N° 11 (Silicea pour le collagène).
• Indications : Spécifiquement conçu pour l'arthrose (cervicale, lombaire, genoux), les raideurs articulaires, l'usure du cartilage et la souplesse des tendons.

COFFRET 4

Détox Douce, Désacidification & Flux Lymphatique (N° 4 • 6 • 9 • 10 • 12)

• Composition : N° 4 (Drainage lymphatique & muqueuses), N° 6 (Détox hépatique Phase II), N° 9 (Tampon acido-basique), N° 10 (Élimination foie, bile & eau) & N° 12 (Déblocage de la matrice conjonctive).
• Indications : Pour purifier en profondeur le foie, la lymphe et les tissus acidifiés tout en douceur, sans surcharger l'estomac ni provoquer de crise d'élimination brutale.

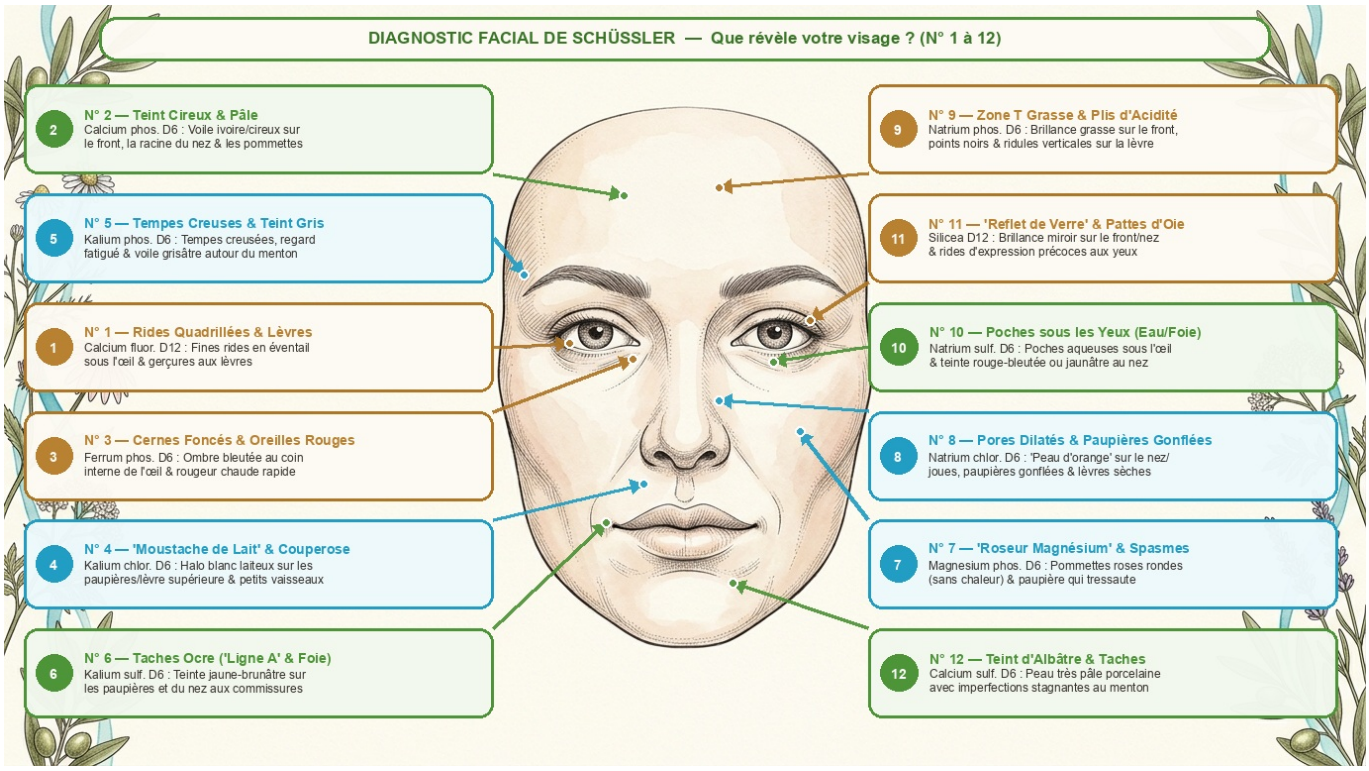
Composer Votre Propre Sélection de 5 Flacons ? Remise Groupée Automatique !

Vous souhaitez choisir vous-même vos numéros à l'unité (N° 1 à 12) ? Dans notre boutique privée, chaque numéro est disponible en 120 comprimés (11,95 €) ou 360 comprimés (22,84 €). Dès que vous ajoutez 5 flacons individuels au panier, le tarif coffret s'applique automatiquement : 55,00 € (pour 5x 120 comp.) ou 99,00 € (pour 5x 360 comp., soit 15,20 € d'économie immédiate) !

CHAPITRE 4 — Diagnostic Facial (Antlitzdiagnose) — Que Révèle Votre Visage dans le Miroir ?

Comment reconnaître à la lumière du jour les signes subtils indiquant de quel Sel de Schüssler vos cellules ont besoin

Le Dr Wilhelm Schüssler et Kurt Hickethier ont découvert qu'un déficit intracellulaire en un ion minéral spécifique s'exprime tout d'abord sur la peau du visage — bien avant l'apparition de symptômes marqués. La peau fine autour des yeux, des tempes, du nez et de la bouche reflète directement l'état hydrique, acido-basique et collagénique de vos tissus. Observez votre visage sans maquillage à la lumière naturelle du jour :



Les 4 Grands Signes Faciaux les Plus Faciles à Repérer dans le Miroir

• Autour des Yeux : De fines rides quadrillées sous l'œil indiquent le N° 1 (Calcium fluor. D12) ; une ombre bleutée au coin interne de l'œil indique le N° 3 (Ferrum phos. D6, oxygène) ; des poches aqueuses sous les yeux indiquent le N° 10 (Natrium sulf. D6, drainage foie/eau) ; des paupières gonflées indiquent le N° 8.
• Tempes & Front : Des tempes creusées avec un regard fatigué signalent le N° 5 (Kalium phos. D6, énergie nerveuse) ; un 'reflet de verre' lisse sur le front indique le N° 11 (Silicea D12) ; une zone T grasse indique le N° 9 (Natrium phos. D6, acidité).
• Joues & Pommettes : Des pommettes roses rondes (ou une paupière qui tressaute) signalent le N° 7 (Magnesium phos. D6) ; des pores dilatés ('peau d'orange') près du nez indiquent le N° 8 ; une pâleur cireuse indique le N° 2 (Calcium phos. D6).
• Autour de la Bouche & du Nez : Un halo blanc laiteux sur la lèvre supérieure ('moustache de lait') indique le N° 4 (Kalium chlor. D6, lymphe) ; une teinte ocre/jaunâtre du nez aux commissures ('ligne A') indique le N° 6 (Kalium sulf. D6, foie Phase II).

CHAPITRE 5 — Utilisation Pratique : Les 3 Méthodes & Le Secret du « 7 Chaud »

Comment tirer le maximum de vos comprimés orodispersibles VitaZouten® Schüssler

1. Voie Sublinguale (Fondre sous la langue) : Placez 2 comprimés par numéro sous la langue et laissez-les fondre lentement (30 à 60 secondes). Ne les avalez pas d'un coup : la muqueuse buccale absorbe directement les ions libres sans passer par l'acidité de l'estomac.

2. Le Thermos de la Table de Cuisine ('La Gorgée d'Or') : Le matin, dissolvez votre dose quotidienne complète (2 à 3 comprimés de chacun de vos 5 flacons = 10 à 15 comprimés) dans un demi-litre d'eau tiède (idéalement de l'eau cohérente Analemma). Remuez avec une cuillère en bois ou en plastique. Buvez par petites gorgées tout au long de la journée en gardant chaque gorgée 5 à 10 secondes en bouche.

3. La Méthode de l'Eau Chaude & « Le 7 Chaud » : Pour une action ultra-rapide le soir — en cas de nuque raide, d'épaules contractées, de spasmes ou pour favoriser l'endormissement — dissolvez 7 à 10 comprimés du N° 7 (Magnesium phosphoricum D6) dans une tasse d'eau bien chaude. Remuez sans métal et buvez à petites gorgées en gardant un instant en bouche : la chaleur dilate les capillaires buccaux et procure une détente profonde en quelques minutes !

Sécurité, Médicaments, Anticoagulants & Astuce Sans Lactose

• 100 % Compatible avec les médicaments & anticoagulants : Les sels de Schüssler ne contiennent ni plantes ni enzymes fluidifiantes, mais uniquement des ions minéraux physiologiques en micro-dilution (D6/D12). Ils ne présentent aucune interaction avec les traitements médicaux ou les anticoagulants.
• Sensibilité au lactose : Les comprimés utilisent le lactose comme support de trituration traditionnel (0,25 g par comprimé). En cas d'intolérance au lactose, laissez simplement fondre les comprimés dans un verre d'eau sans remuer pendant 5 minutes : le lactose se dépose au fond du verre, tandis que tous les ions minéraux restent dans l'eau claire du dessus qu'il vous suffit de boire !

Information importante (Avertissement) : Nous n'avons pas de formation médicale et nous n'établissons aucun diagnostic ni plan de traitement médical. Nous partageons uniquement des connaissances et des informations issues de notre base de données et de la littérature scientifique à titre éducatif et informatif. Le choix, l'application et l'utilisation des produits relèvent à tout moment de la seule responsabilité de l'utilisateur. En cas de symptômes, de prise de médicaments, de doute ou de question médicale, consultez toujours un médecin ou un spécialiste agréé.

FICHE CUISINE — FICHE IMPRIMABLE : RYTHME QUOTIDIEN DES 4 COFFRETS (MATIN • MIDI • SOIR)

Imprimez cette page pour votre cuisine — selon l'Horloge Biologique des Organes

Coffret 5-en-1	Matin (Éveil)	Midi (Soutien)	Soir (Repos & Drainage)
1. Les Cinq d'Or (Cellulaire & Onco) N° 3 • 4 • 6 • 8 • 10	2x N° 3 + 2x N° 8 (Ouvre la porte cellulaire & apporte l'oxygène)	2x N° 4 + 2x N° 6 (Fluidifie la lymphe & soutient les mitochondries)	2 à 3x N° 10 (Draine l'acide lactique et le foie pendant la nuit)
2. Vitalité & Nerfs (Énergie & Sommeil) N° 2 • 3 • 5 • 7 • 8	2x N° 3 + 2x N° 8 (Oxygénation & hydratation cellulaire dès le matin)	2x N° 2 + 2x N° 5 (Reconstruction & batterie nerveuse / cérébrale)	5 à 7x N° 7 ('Le 7 Chaud') (Dans de l'eau chaude : détente nuque & sommeil)
3. Articulations & Cartilage (Arthrose & Collagène) N° 1 • 2 • 8 • 9 • 11	2x N° 1 + 2x N° 8 (Souplesse des tendons & réhydrate l'éponge sèche)	2x N° 2 (Fixe le calcium dans l'os et régénère les tissus)	2x N° 9 + 2x N° 11 (Désacidifie les articulations & tisse le collagène la nuit)
4. Détox Douce & Lymphe (Désacidification) N° 4 • 6 • 9 • 10 • 12	2x N° 4 + 2x N° 10 (Relance la lymphe & le drainage hépato-biliaire)	2x N° 6 + 2x N° 12 (Détox foie Phase II & déblocage de la matrice)	2 à 3x N° 9 (Neutralise l'acidité et l'acide urique la nuit)

Mémo Express : Les 12 Sels de Schüssler en un Coup d'Œil

- N° 1 Calcium fluoratum D12 : Élasticité des tendons, ligaments, disques, parois veineuses & émail
- N° 2 Calcium phosphoricum D6 : Reconstruction cellulaire, synthèse protéique, os & convalescence
- N° 3 Ferrum phosphoricum D6 : Transport d'oxygène & 1er secours en cas d'inflammation/friction
- N° 4 Kalium chloratum D6 : Muqueuses, drainage lymphatique & dissolution de la fibrine
- N° 5 Kalium phosphoricum D6 : Système nerveux, énergie cérébrale, concentration & épuisement
- N° 6 Kalium sulfuricum D6 : Oxygénation mitochondriale, peau/muqueuses & détox foie Phase II
- N° 7 Magnesium phosphoricum D6 : Détente des muscles, de la nuque, des nerfs & sommeil ('Le 7 Chaud')
- N° 8 Natrium chloratum D6 : L'Ouvre-Porte (-70 mV), osmose & réhydratation du cartilage sec
- N° 9 Natrium phosphoricum D6 : Tampon acido-basique ; neutralise l'acide urique dans les articulations
- N° 10 Natrium sulfuricum D6 : Le Grand Épurateur ; draine l'acide lactique et les toxines par le foie
- N° 11 Silicea D12 : L'Architecte du collagène pour le cartilage, le tissu conjonctif, la peau & les ongles
- N° 12 Calcium sulfuricum D6 : Déblocage et purification de la matrice extracellulaire et des muqueuses