

Zuflucht in einer heilen Welt

Im Erich-Kästner-Kinderdorf in Oberschwarzach leben Kinder, die erst lernen müssen, was Geborgenheit und Glück bedeuten. Manchmal helfen dabei auch Schüßler-Salze



Mit Freude groß werden:
46 Kinder sind im
Kinderdorf zu Hause



Schnell das richtige Salz zur Hand: das Schüßler-Regal

Burkhard hat eine neue Arbeitshose. Aus robustem blauem Leinen, mit vielen Taschen, leider mindestens zwei Nummern zu groß. „Ach, da wachse ich noch rein“, sagt der 17-Jährige und schaut zufrieden an sich herunter. Dann drückt er Gunda Fleischhauer zum Dank noch schnell einen dicken Kuss auf die Wange und schnappt seine Jacke: Die Mittagspause ist vorbei, er muss zurück in die Schreinerei, wo er eine Lehre macht. Burkhard ist eines von acht Kindern, die mit Gunda Fleischhauer und ihrem Mann Rolf in der Steinmühle leben, einem über 100 Jahre alten Hof im fränkischen Oberschwarzach. „Die alte Hose wirfst du heute Abend aber endlich weg“, ruft ihm die Kinderdorf-Mutter noch hinterher ... Ob er sie gehört hat? Es geht ziemlich laut zu auf der Terrasse, dem Freilicht-Esszimmer der Steinmühle. Zwei lange Tische werden mit viel Geklapper abgeräumt, die einen erzählen noch von der Schule, andere kramen in ihren Ranzen oder spielen bereits. Wie immer wuseln weitaus mehr Kinder herum, als in der Steinmühle wohnen. Nicht nur die vier pädagogischen Betreuer bringen ihren Nachwuchs mit, auch die Nachbarn schauen gern vorbei. In der näheren Umgebung gibt es noch fünf weitere Häuser, die zum Erich-Kästner-Kinderdorf gehören. Insgesamt 46 Kinder und Jugendliche haben hier Zuflucht gefunden.

Es ist fast unwirklich schön, dieses neue Zuhause. Wer die Steinmühle sieht, denkt sofort an Pippi Langstrumpfs Villa Kunterbunt, und dass man hier gern noch einmal Kind wäre. Versteckt liegt das liebevoll restaurierte Anwesen am Rande des winzigen Weilers Oberschwarzach, rundum nichts ►

Interview

„Kinder haben ein Gespür dafür, was ihnen guttut“

Heilpraktikerin Angelika Gräfin Wolffskeel setzt Schüßler-Salze auch bei ganz jungen Patienten ein

Behandeln Sie viele Mädchen und Jungen mit Schüßler-Salzen?

Etwa ein Drittel meiner Patienten sind Kinder. Viele Eltern kommen, weil sie enttäuscht von der Schulmedizin sind und neue Wege suchen. „Mir reicht’s, ich bekomme immer nur Antibiotika für mein Kind verschrieben“, höre ich oft.

Welches sind die häufigsten Probleme, die Sie bei Kindern kurieren?

Allergien, Infektanfälligkeit, Konzentrationschwäche, Hyperaktivität, chronische Erkältung – das sind die Hauptthemen. Und natürlich auch Bauch- und Kopfschmerzen.

Warum eignen sich Mineralsalze für die Kleinen so gut?

Sie helfen nicht nur bei alltäglichen Krankheiten und Befindlichkeitsstörungen, sie können auch grundsätzlich das Immunsystem stärken. Ich empfehle oft, dass Kinder zweimal im Jahr eine Schüßler-Kur machen, um gestärkt in den Sommer und Winter zu gehen und Allergien sowie Erkältungen vorzubeugen.

Ab welchem Alter kann man die Salze geben?

Ich behandle damit auch Säuglinge, etwa bei Blähungskoliken, Unruhe, Schnupfen oder Bindehautentzündung. Und bei einem wunden Po hilft beispielsweise die Schüßler-Salbe Nr. 3.

Wie reagieren etwas größere Kinder, wenn sie Schüßler-Tabletten nehmen sollen?

Sehr, sehr positiv. Ich habe in meiner zwölfjährigen Praxiserfahrung noch nie erlebt, dass sie verweigert wurden. Man muss Kindern die Sache nur genau erklären: „Du, das sind Mineralstoffe, so wie sie in der Natur vorkommen.“ Außerdem schmecken sie süß, schon darum nehmen Kinder sie gern. Kinder haben überhaupt ein Gespür dafür, was ihnen guttut.

Helfen die Salze auch bei seelischen Beschwerden wie Schulängsten?

Das Nervensystem braucht ca. 15 Jahre, bis es voll ausgebildet ist. Von den zwölf Salzen wirken sich die Nummern 2, 5, 7, 8, 9 und 11 stärkend auf das Nervensystem aus. Und wenn die Nerven stark sind, hat das Kind schon mal gute Voraussetzungen, insgesamt stark zu werden.



Gunda Fleischhauer leitet seit 35 Jahren das Kinderdorf

als Wiesen und Felder. Ein weitläufiger Garten mit alten Bäumen gehört zur Mühle, es gibt eine Sandkiste, in der gut und gerne 15 Kinder buddeln können, ein Riesen-Trampolin und das Beste – einen richtigen Badeteich! Groß genug, um im Sommer darin zu schwimmen und im Winter darauf die ersten Schlittschuh-Versuche zu wagen. Der von mächtigen Trauerweiden umsäumte Naturpool ist der ganze Stolz der Großfamilie. Welcher Schulkamerad hat schon solch eine Idylle vorzuweisen?

Es ist also kein herkömmliches Kinderheim, sondern eher ein Kinderparadies – für Jungen und Mädchen, die unendlich viel Leid und Entbehrung erfahren haben. „Wir sehen unsere Aufgabe darin, den Kindern eine Chance zum Ankommen zu bieten“, sagt Gunda Fleischhauer. „Damit sie sich entfalten und ihr Leben später selbst bewältigen können.“ Sie braucht ein großes Herz und viel Geduld für diesen Job. Fleischhauer ist Heilpädagogin, doch bei der Betreuung ihrer traumatisierten Jungen und Mädchen ist häufig vor allem Erfindungsgabe gefragt. Was tut man zum Beispiel mit einem Kind, das sich buchstäblich mit Händen und Füßen gegen einen Arztbesuch wehrt? „Manche Kinder lassen sich von niemandem anfassen, schon gar nicht von einem Fremden im weißen Kittel“, sagt die Kinderdorf-Mutter. „Sie haben jegliches Vertrauen verloren.“ So kommt es vor, dass zunächst bei mehreren Arztterminen lediglich Gummibärchen gereicht werden, um die Angst abzubauen. „Einige Ärzte kommen in ihrer freien Zeit ins Kinderdorf, andere wiederum können wir auch nachts oder am Wochenende immer anrufen.“

Daneben hat Gunda Fleischhauer noch eine weitere Lösung gefunden: Sie lässt jede Woche einen freundlichen Heil- ▶



Der gemütliche Innenhof bietet viel Platz zum Spielen

Die besten Schüßler-Salze für Kinder

Dosierung: Wenn nicht anders angegeben, nehmen Kleinkinder im Akutfall stündlich eine Tablette, zur chronischen Behandlung (z. B. Bronchitis) dreimal täglich eine. Schulkinder nehmen zwei Tabletten. Sind Bauch- oder Kopfschmerzen das Problem, können Kinder bis fünf Jahre auch zwei bis drei, ältere sieben bis zehn Tabletten in heißem Wasser aufgelöst trinken. Eine Alternative: Salben. Kinder mögen meist das Einreiben, das zudem beruhigt.

Die häufigsten Beschwerden: Bauchschmerzen

- ❖ Erstes Mittel der Wahl ist die „Heiße Sieben“ (zehn Tabletten Nr. 7 mit heißem Wasser auflösen, abgekühlt schluckweise trinken)
 - ❖ Ist Nervosität die Ursache: Nr. 5
 - ❖ Kommen sie durch zu viel Magensäure: Nr. 9
 - ❖ Sitzen die Schmerzen im rechten Oberbauch: Nr. 10 und zusätzlich Salbe Nr. 10
 - ❖ Riechen die Blähungen nach faulen Eiern: Nr. 4
- Tipp:** Warme Kirschkernkissen schaffen Linderung, ebenso Bauchmassagen mit Salbe Nr. 7.

Beulen und Schrammen

- ❖ Akutmittel: Nr. 3 und Salbe Nr. 3
- ❖ Bei Schwellungen: zusätzlich Nr. 4 und Salbe Nr. 4
- ❖ Bei Schmerzen: Nr. 7

Erbrechen

- ❖ Hauptmittel: Nr. 3
 - ❖ Bei saurem Erbrechen: Nr. 9
 - ❖ Bei galligem Erbrechen: Nr. 10
 - ❖ Bei wässrig-schleimigem Erbrechen: Nr. 8
- Dosierung: jeweils viertelstündlich eine Tablette.
Tipp: Ist dem Kind sehr übel und mag es nichts schlucken, rühren Sie einen Tablettenbrei an. Mit einem kleinen Löffel in die Wangeninnentasche geben.

Fieber

- ❖ Bis 38,5 Grad: halbstündliche Gabe von Nr. 3. Sinkt das Fieber, dreimal täglich zwei Tabletten geben
 - ❖ Steigt das Fieber auf über 38,5 Grad: zu Nr. 5 wechseln und halbstündlich geben, als Zwischenmittel Nr. 8 einsetzen. Fällt das Fieber wieder, bleiben Sie bei Nr. 5 und geben das Mittel dreimal am Tag
- Tipp:** Kinder sollten bei Fieber viel trinken. Biomilch, heiß mit Zimt aufgeschlagen, verhindert Schleimbildung, auch Hühnerbrühe tut dann gut.

Halskratzen

- ❖ Anfangsmittel: viertelstündlich eine Tablette Nr. 3. Bei Besserung Abstände verlängern auf dreimal täglich ▶



Mittagessen auf der Terrasse der Steinmühle, das Hirtenhund Olivia (u.)



praktiker kommen, den alle nur Axel nennen. Er kuriert große und kleine Wehwehchen mit Schüßler-Salzen. „Die Salze sind unglaublich praktisch“, sagt Gunda Fleischhauer. „Bei den Kindern gehen sie eher als Süßigkeit durch, sie sind bezahlbar und wirken schnell.“

Den Tipp mit den Salzen erhielt sie vor zehn Jahren von einer Apothekerin. Damals wollte sie in den Ferien mit allen Kindern nach Kroatien fahren und dafür eine Reiseapotheke zusammenstellen. Statt der üblichen Medikamente gegen Sonnenbrand, Insektenstiche und kleinere Unfälle nahm sie ein paar Gläschen mit Mineralstoffen mit – und schwört seitdem auf Schüßler. „Im ersten Buch, das ich über diese Heilmethode gelesen habe, stand zu jedem Salz ein Gedicht. Das hat mich sehr angesprochen. Ich liebe Poesie.“

Die Schüßler-Reiseapotheke kommt häufig zum Einsatz, denn in allen Schulferien gehen die Kinderdorf-Kinder auf Tour. Im Sommer zum Zelten ans Meer, im Winter in eine Hütte in den Tiroler Bergen. „Da gibt es keinen Strom, nur kaltes Wasser und ein Plumpsklo“, erzählt der 15-jährige Martin und schaut dabei nicht aus, als fände er solche Zustände uncool. Im Gegenteil: Die Kinder schwärmen vom zünftigen Leben in der Wildnis, und Gunda Fleischhauer freut sich, dass die Nöte in den Ferien offenbar daheim bleiben und ihre Schützlinge



verschläft. Oft im Einsatz: das Körbchen mit Schüßler-Salzen

besonders gelöst sind. Martin, Burkhard und die Geschwister sparen zurzeit eisern: Im nächsten Sommer will „die Gunda“ mit ihnen nach Kanada fahren.

In der Steinmühle gibt es für die Schüßler-Salze ein eigenes Regal, fein säuberlich sind die Tabletten und Salben aufgebaut. Bei allen großen und kleinen Wehwehchen schlägt Gunda Fleischhauer zunächst im Quickfinder nach und stellt dann die entsprechenden Salze in einem Körbchen zusammen. „Wenn ich mit dem Korb unterm Arm komme, wissen unsere Kinder sofort: Jetzt werde ich umsorgt. Viele haben früher nie erfahren, was Geborgenheit heißt. Dafür sind Schüßler-Salze wunderbar. Und die Süße der Tabletten hat obendrein etwas Beruhigendes.“ Auch Heilpraktiker Axel Schnös, der der Steinmühle jede Woche einen Besuch abstattet, verordnet häufig die Mineralsalze. „Sie geben uns Halt auf allen Ebenen“, sagt er. Längst ist der Würzburger für die Kinderdorf-Kinder kein Fremder mehr, eher ein Freund, den sie bisweilen sogar von sich aus um Rat fragen.

Zuwendung und Geborgenheit, das ist die wichtigste Strategie von Gunda Fleischhauer und ihrem Team, wenn es darum geht, die seelischen Verletzungen der Kinder zu lindern und ihre Begabungen zu fördern. Dafür gibt es in der Steinmühle verschiedene Therapien, dafür gibt es Musikinstru- ▶

Husten

Beobachten Sie den Auswurf und wählen Sie dann das passende Mittel.

- ❖ Trockener Husten (ohne Auswurf): Nr. 3 und Nr. 8 im Wechsel; zusätzlich Salbe Nr. 8 auf die Brust auftragen
- ❖ Als Zwischenmittel: zweimal pro Tag Nr. 6
- ❖ Abends: die „Heiße Sieben“ (siehe „Bauchschmerzen“) geben, damit man besser schlafen kann

Tipp: Nasse Tücher im Kinderzimmer aufhängen oder einen Kochtopf mit heißem Wasser und Salz (an einem sicheren Platz, sonst drohen Verbrühungen!) aufstellen, das befeuchtet die Luft.

Immun-Kur zur Stärkung der Abwehrkräfte

- ❖ Zeitpunkt: im Frühjahr und im Herbst sowie vor Allergiezeiten
- ❖ Dauer: sechs Wochen
- ❖ Dosierung: morgens zwei Tabletten Nr. 3, mittags zwei Tabletten Nr. 7, abends zwei Tabletten Nr. 6

Konzentrationsschwäche, Hyperaktivität

- ❖ Hauptmittel: Nr. 5, morgens zweimal zwei Tabletten
- ❖ Zusätzlich: Nr. 3, vormittags zweimal zwei Tabletten lutschen, und Nr. 8, bis 16 Uhr zweimal zwei Tabletten lutschen
- ❖ Vor dem Schlafengehen: Nr. 7 als „Heiße Sieben“ (siehe „Bauchschmerzen“) geben und Salbe Nr. 6 abends auf dem Oberbauch einreiben
- ❖ Über mehrere Monate konsequent anwenden!

Tipp: Sorgen Sie für ausreichend Bewegung. Vermeiden Sie rohes Obst und Gemüse nach 15 Uhr, ebenso Säfte und Süßigkeiten. Eine Bauchmassage mit Salbe Nr. 7 als Abendritual entspannt.

Kopfschmerzen

Nur wenn man ihre Ursache kennt, können sie erfolgreich behandelt werden. Hier einige der am häufigsten auftretenden Arten:

- ❖ Bei blassem Gesicht, besonders bei empfindlichen, reizbaren Kindern; bei Ärger, Aufregung, Anstrengung oder Übermüdung: Nr. 5
 - ❖ Bei bohrenden, stechenden, plötzlich einsetzenden Schmerzen mit Sehstörungen: Nr. 7
 - ❖ Bei blutarmen, überanstrengten Schulkindern: Nr. 2
- Tipp:** Oft führt Flüssigkeitsmangel zu Kopfschmerz. Achten Sie deswegen unbedingt darauf, dass Ihr Kind immer ausreichend trinkt. Ebenso wichtig sind Ruhe und Entspannung.

Ohrenschmerzen

- ❖ Bei Entzündungen des äußeren Ohres: Nr. 3 als Tabletten (akut: häufige Gabe); Salbe Nr. 3 hinter dem Ohr auftragen ▶



Im Garten der Steinmühle haben kleine und große Kinder Spaß



Stern mit Herz – das Logo des Erich-Kästner-Kinderdorfes

mente, den ponygroßen Pyrenäen-Berghund Olivia, der sich stundenlang das dicke Fell knuddeln lässt, dafür gibt es Bücher im Überfluss. „Vorlesen ist ganz wichtig“, sagt die Kinderdorf-Mutter, „es verbessert auch das Sprachgefühl der Kinder.“ Tatsächlich fällt auf, wie wortgewandt sich vor allem die Älteren der Fleischhauer-Truppe ausdrücken. Kein „Ey Alter, krass ey“, kein maulfaules Herumgedruckse, das manche Teenager sonst an den Tag legen. Als zwischendurch doch mal der Ausdruck „geil“ fällt, kommt gleich ein „Tschuldigung, Gunda“ hinterher. Brave Duckmäuser sind die Jungen und Mädchen trotzdem nicht: „Viele unserer Kinder sind Klassensprecher“, sagt Gunda Fleischhauer stolz. Keine Frage, dass bei den allabendlichen Kuschelrunden häufig Erich Kästner vorgelesen wird. Das Kinderdorf ist nicht nur nach dem Dichter benannt, es besitzt auch seinen ganzen Nachlass: Als 1991 Kästners Lebensgefährtin Luiselotte Enderle starb, gingen Schreibtisch und Ohrensessel aus der gemeinsamen Münchner Wohnung, rund 7000 Bücher, Hausrat, Fotos, Notizen und Garderobe nach Oberschwarzach. Der Dichter, der 1974 starb, hatte noch höchstselbst kurz vor seinem Tod die Erlaubnis gegeben, das Kinderdorf nach ihm zu benennen. Um seine Brille, seine Schreibmaschine und alle anderen Schätze gebührend präsentieren zu können, wurde neben der Steinmühle eigens ein Stall ausgebaut. Die Kästner-Bibliothek kann besichtigt werden und wird eifrig von Literaturforschern genutzt. „Ich verehere Erich Kästner schon lange“, sagt Gunda Fleischhauer, „weil er den Kindern in seinen Büchern immer wieder vermittelt hat: Habt Mut! Steht auf! Macht weiter! Dieses Prinzip der starken Kinder – genau das leben wir hier.“

ELKE SERWE

FOTOS: Andreas Reeg (7), Ulrike Schacht (2), privat

- ❖ Akute Mittelohrentzündung: Grundmittel bei Rötung und Vorwölbung des Trommelfells sind Nr. 3 und Salbe Nr. 3. Danach zu Nr. 4 übergehen, Salbe Nr. 4 bei weißgrauem Belag auf dem Trommelfell anwenden. Eine ärztliche Abklärung wird dringend empfohlen
- ❖ Zur Nachbehandlung: Nr. 11 im Wechsel mit Nr. 12
- ❖ Chronische Mittelohrentzündung: Um den Ohrenfluss in Gang zu bringen, Nr. 6 im Wechsel mit Nr. 11 geben und Salbe Nr. 6 hinter dem Ohr auftragen
- ❖ Bei übel riechenden Absonderungen: Nr. 5
- ❖ Gegen die Schmerzen: „Heiße Sieben“ (siehe „Bauchschmerzen“)

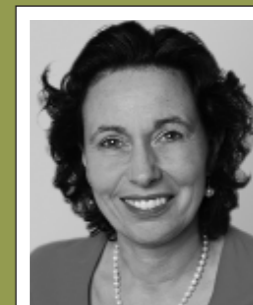
Tipp: Für warme Füße und warmen Rücken sorgen. Setzen Sie Ihrem Kind eine Mütze auf. Vermeiden Sie während der Erkrankung bei der Ernährung Nachtschattengewächse wie Tomaten und Kartoffeln, auch Gurken, Paprika, Melonen, Milch, Nüsse und Weizen.

Schnupfen

- ❖ Bei Beginn: Nr. 3 zur Stärkung der Abwehr; viertel- bis halbstündlich oder jede Stunde eine Tablette
- Um das richtige Mittel zu finden, muss man die Schleimbildung beobachten:
- ❖ Ist der Schleim weißgrau, fadenziehend und schwer abschnetzbar und hat das Kind einen weißgrauen Zungenbelag: Nr. 4
 - ❖ Ist der Schleim gelblich: Nr. 6
 - ❖ Ist der Schleim grünlich: Nr. 10
 - ❖ Eitrig: Nr. 9 und Nr. 11
 - ❖ Bei verstopfter Nase: Nr. 4, stündlich eine Tablette, oder Salbe Nr. 4 von außen
 - ❖ Bei wundmachendem Fließschnupfen, Niesen (auch bei Allergien): Nr. 8, halbstündlich eine Tablette, Salbe Nr. 8 von außen
 - ❖ Bei chronischem Schnupfen, Stockschnupfen mit eitrigem Schleim, der nicht abfließen kann: Nr. 11 im Wechsel mit Nr. 9, sechsmal eine Tablette täglich
- Tipp:** Schleimbildner wie Joghurt, Käse und Kartoffeln bis zum Abklingen weglassen. Füße warm halten, bei größeren Kindern eventuell ansteigende Fußbäder machen.

Wachstumsschmerzen

- ❖ Nr. 2: dreimal täglich zwei Tabletten, zusätzlich abends die Salbe Nr. 2 auf schmerzende Körperregionen wie Schulterblätter einmassieren



EXPERTIN
Angelika Gräfin Wolffskeel
 arbeitet als Heilpraktikerin in Gerchsheim, ist Autorin und Lehrbeauftragte für Biochemie nach Dr. Schüßler beim Freien Verband Deutscher Heilpraktiker.