

Glänzendes Haar und eine makellose Haut

wünscht sich heute jeder. Es gibt unzählige Präparate auf dem Markt, die eine faltenfreie Haut und noch mehr versprechen. Manipulierte Fotografien von manipulierten Modells suggerieren uns Erfolge, doch die Wahrheit sieht meist anders aus.

Bei dem Ganzen sollten wir uns allerdings auch vor Augen halten, dass ein Gesicht unser Leben ausdrückt. **Unsere Empfindungen, unsere Freude und unsere Belastungen zeigen sich im Gesicht.** Das ist auch in Ordnung so. Der Mineralstoffberater kann nun in einem solchen Gesicht erkennen welche Schüßlersalze fehlen.

Er kann, dass weil er die Zeichen lesen kann. Durch die Zuführung der fehlenden Salze werden die Defizite ausgeglichen und so problematische Hautveränderungen reguliert und in die Normalität zurückgeführt.

Die Haut wird wieder strahlend und straff ohne dabei das Leben zu verstecken.

Unsere Haut benötigt jedoch unsere besondere Beachtung. Sie ist den Belastungen des Organismus genau so ausgeliefert wie den Umwelteinflüssen und den seelischen Belastungen. Diese lassen uns doch manchmal sprichwörtlich aus der Haut fahren.

Um dieses große und wunderbare Organ in seiner Arbeit für uns zu unterstützen sind Mineralstoffe besonders geeignet. Sie geben der Haut das was sie für ein prächtiges Funktionieren benötigt!

Natürlich ist auch auf eine vitaminreiche und gesunde **Ernährung** zu achten, ggf. muss man auch mit Nahrungsergänzungen etwas nachhelfen. Auf eine genügende Zufuhr von frischem Wasser (ohne Kohlensäure) brauche ich wohl nicht hinweisen.

Auch eine **positive Lebensweise** wirkt sich günstig auf unsere Haut aus. **Bewegung an frischer Luft** und **ausreichend Schlaf** erheitern nicht nur unser Gemüt, sondern schenken uns einen gut funktionierenden Stoffwechsel.

Vor allem in der kalten Jahreszeit sollte man immer wieder einen **Saunabesuch** einplanen. Er fördert nicht nur die Selbstheilungskräfte, sondern entgiftet durch das Schwitzen den Körper und somit die belastete Haut.

Schauen wir was die Mineralstoffe für die Haut tun!

Das **Calcium fluoratum** sorgt für Elastizität und eignet sich somit ideal bei Hautrissen (*Askinel*) und welker Haut (*Regene-*

ration). Bei Krampfadern, *Couperose*, *Besenreisern* oder *Ve-*
renschwäche (CouBeVen) sorgt die **Nr. 1** für mehr Festigkeit. Mit dem **Calcium phosphoricum (Nr. 2)** gehen wir gegen Eiweißflocken-Einlagerungen vor. (*Evocell*)

Ferrum phosphoricum (Nr. 3) unterstützt den Sauerstofftransport zur Zelle, wirkt Entzündungen vor und wirkt antioxidativ. (*Seborive* – bei entzündlicher Aknehaut) und fördert die Durchblutung.

Kalium chloratum baut die Faserstoffe des Bindegewebes auf. Fehlt die **Nr. 4** werden die Faserstoffe abgebaut. Es kommt zu Besenreiser, Couperose und Hautgries. (*CouBeVen*)

Kalium phosphoricum (Nr. 5) wirkt regenerierend und vitalisierend, durch die inwohnende Energie. Eine gute Nervensalbe und Herzsalbe.

Kalium sulfuricum (Nr. 6) pigmentiert Haut und Haar. Bringt den Sauerstoff in die Zellen und hilft bei der Reinigung der Zellen. Daher wird es mit Erfolg bei Problemen der Hautpigmentierung angewandt.

Magnesium phosphoricum (Nr. 7) entspannt die Haut und wirkt juckreizmildernd.

Natrium chloratum (Nr. 8) ist das Funktionsmittel, das für eine genügende Befeuchtung der Haut und Schleimhaut sorgt. Das Chlor sorgt für Entgiftung.

Natrium phosphoricum ist für den Fettstoffwechsel zuständig und wird dringend benötigt bei fetter und auch bei fettarmer Haut. Die Oberlippenfältchen gehen auf einen Mangel an **Nr. 9** zurück. (**Gesichtscreme – Anspruch**)

Natrium sulfuricum entschlackt und entgiftet. Fehlt die **Nr. 10** hält der Körper die Schlacken in Lösung, die Folge sind Wasseransammlungen (Tränensäcke)

Silicea ist für den Bindegewegaufbau (Struktur) zuständig. Fehlt die **Nr. 11** kommt es zu Einbrüchen in der Haut, die sich in Falten zeigen. Nägel und Haare werden brüchig. (*Rosenpflegecreme, Gesichtscreme*)

Calcium sulfuricum (Nr. 12) sorgt für die Durchlässigkeit des Bindegewebes und hilft der **Nr. 2** überschüssiges Eiweiß im Bindegewebe abzubauen.

Das Gesicht

Zur **Reinigung des Gesichts** hat sich die Einreibung von *BaseCare*® gut bewährt. Waschen Sie Ihr Gesicht mit heißem Wasser, massieren Sie dann das *BaseCare*® Pulver in die nasse Haut ein. Befeuchten Sie immer wieder ihre Finger mit

heißem Wasser und massieren immer wieder. Zum Schluss waschen sie alles gründlich mit klarem Wasser ab.

Als **Nachtcreme** eignet sich bei normaler Haut optimal die *Rosenpflegecreme*. Bei Hautunreinheiten empfehle ich die *Spezialcreme zur Reinheit der Haut*. Bei fettarmer Haut ist eine fette Creme wie *Askinel* zu empfehlen. Sollte die Haut besonders spannen, dann benutzen Sie doch *Pre & After Sun*.

Die **Aknehaut** freut sich dann auf *Seborvie*.

Bei *Couperose* (Nr. 4) empfiehlt sich die *CouBeVen* Creme.

Am Morgen können entsprechend dieselben Cremes Verwendung finden. Hier möchte ich auch die Mineralstoff *Gesichtscreme* mit Jojoba erwähnen. Anschließend lässt sich auch das Makeup auftragen.

Bei aufgesprungenen, rissigen Lippen, eingerissenen Mundwinkeln (Nr. 1) oder Oberlippenfältchen (Nr. 9) verwendet man am besten den *Lippenbalsam*.

Die Körperpflege

Zum **Duschen** und zur täglichen Haarwäsche ist das *Dusch 'n Fun* Duschgel für Körper und Haar ideal geeignet, da es mit seiner milden Seifengrundlage dem ph-Wert der Haut entspricht. Die Mineralstoffe sorgen für eine Entspannung und Regeneration der Haut, sowie einer entsprechenden Feuchtigkeitspflege.

Beim **Baden** kann der Körper am besten entspannen. Im heißen Wasser (>38 °C) öffnen sich die Poren, die Muskeln entspannen. Erreicht dann das Wasser einen ph-Wert von 8, z.B. durch *BaseCare*®, so können durch den entstehenden osmotischen Druck, Säuren den Körper verlassen. Juckreiz, Ekzeme oder geschwollene Beine und Hände werden dadurch positiv beeinflusst.

Nach dem Bad ist die Haut so richtig vorbereitet zur Aufnahme der wichtigen Mineralstoffe (1, 4, 5, 6, 8, 11). Am besten erfolgt dies mit einer Körperpflegecreme.

Mit der Körperpflegecreme *Tendiva* steht Ihnen ein feuchtigkeitsspendende Creme zur Verfügung, welche die Haut elastisch hält ihr Struktur und Festigkeit gibt und so der übermäßigen Faltenbildung vorbeugt. Mit der Körperpflegecreme *Regeneration* steht eine Bodylotion zur Verfügung die besonders für die fettärmere Haut geeignet ist.

Mit der Körperpflegecreme *Tendiva* steht Ihnen ein feuchtigkeitsspendende Creme zur Verfügung, welche die Haut elastisch hält, ihr Struktur und Festigkeit gibt und so der

übermäßigen Faltenbildung vorbeugt. Mit der Körperpflegecreme **Regeneration** steht eine Bodylotion zur Verfügung die besonders für die fettärmere Haut geeignet ist.

Die **Regeneration** eignet sich wie keine andere Creme zur Pflege des **Dekolletés**. Dieses ist besonderen Belastungen ausgesetzt. Jede Bewegung des Kopfes beansprucht die Dehnbarkeit der Haut, zusätzlich belastet die Sonnenbestrahlung.

Auch zur **Brustpflege** (Nrn.: 1, 3, 4, 11) sind je nach Hauttyp die **Regeneration** oder **Tendiva** angezeigt!

Neigen Sie zu **Cellulite**? Dann helfen neben den täglichen zweimaligen Bürstenmassagen die Einnahme von **Zellfit**® und das Auftragen von **Evocell** nach dem **BaseCare**® Bad. **Evocell** strafft das Bindegewebe, erhöht die Elastizität der Haut, neutralisiert die Säure im Gewebe und bringt den Stoffwechseltransport wieder ins Fließen.

Verspannungen z.B. im Rücken gehen Sie wie folgt an:

Nach dem Einmassieren des **Cremegel Nr. 2** nehmen Sie die **Regidol Gelenkcreme** und arbeiten diese gut ein.

Bei **rissigen Händen** empfiehlt es sich neben dem **Cremegel Nr. 1** auch mit **Askinel** die Hände zu pflegen.

Brüchige, zu weiche oder splitternde **Fingernägel** (was den Nrn. 1 u. 11 entspricht) verlangen nach **Hand&Nail**. Diese Creme wird direkt auf dem Nagel und der Nagelwurzel aufgetragen und mit streifenden Bewegungen Richtung Gelenk einmassiert. **Hand&Nail** eignet sich auch für eine bessere Durchblutung der Haut, baut das Bindegewebe auf und beugt so der pergamentartigen Haut älterer Leute vor. Auch die Sehnen bleiben so geschmeidig, so kommt es nicht so leicht zum Zusammenziehen der Sehnen.

Sonnenbestrahlung

Die immer aggressiver werdende Sonnenbestrahlung verlangt von der Haut sehr viel. Mit den Mineralstoffen lässt sich die Haut stärken, jedoch sollte die Sonnenbelastung in Grenzen gehalten werden. Benutzen sie einen hohen Lichtschutzfaktor und meiden die direkte Sonnenbestrahlung in den Mittagsstunden!

Pflegen Sie Ihre Haut mit **Pre & After Sun** Gel bereits 14 Tage bevor Sie in den Urlaub fahren. Es hilft so Sonnenbrand vorzubeugen. Bei bestehendem Sonnenbrand lindert es die Beschwerden und hilft der Haut sich zu regenerieren. Auch bei Sonnenallergie ist es sehr hilfreich, besonders wenn der Körper noch mit Rescue (Bachblüten) unterstützt wird.

Schüßlersalz



Beauty

Zentrum für positive Lebensweise

Tel.: 09441 80255 Fax: 09441 177 425

e-mail: erikaseidl@fs-mineralstoffe

Zu allen Cremes ist es auch empfohlen die entsprechenden Schüßlersalze einzunehmen.

Quelle: Schüßler-Beauty, Feichtinger, Haug Verlag

Bezug der Adler Pharma Cremes
Salben-Shop: www.fs-mineralstoffe.de

Zentrum für positive Lebensweise

Erika und Franz Seidl
93342 Saal an der Donau