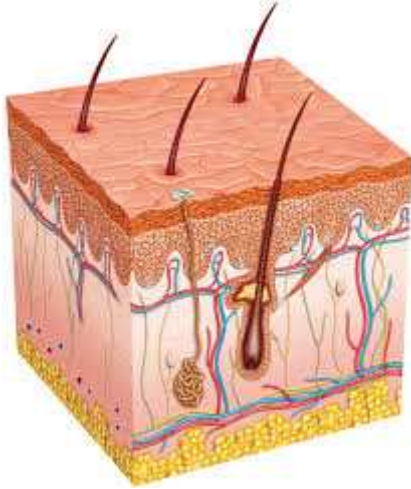


## SCHÜSSLERZOUTEN VOOR DE HUID

Mineralen zijn belangrijk voor de opbouw, de conditie en de elasticiteit van de huid. Ze zijn de voorwaarde van het goed laten functioneren van de huidfuncties. Ze reguleren o.a. de pH-waarde (zuurgraad) en de vetstofwisseling. Verder sturen ze de celdoorlaatbaarheid aan en daarmee de stofwisseling in de cellen. Bovendien vormen ze de basis van een evenwichtige vochthuishouding.



In geval van een **gebrek** aan mineralen kunnen bijvoorbeeld de volgende huidverstoringen optreden: **Calcium-gebrek** : roos, rimpels, droogheid. **Kalium-**: zenuwbeschadigingen, energievoorziening. **Natrium-**: puistjes, oedeem, roodheid, mee-eters. **Magnesium-**: problemen in de prikkelgeleiding, energievoorziening. **IJzer-**: droogheid, verklevingen.

De huid is het uitwendig zichtbare teken van zowel lichamelijke als geestelijke vitaliteit. Vele aandoeningen kunnen dan ook (mede) via de huid worden gediagnosticeerd.

### **Een sterke huid met Calcium fluoratum**

Calcium fluoratum is het (Schüssler)zout voor de elasticiteit van de huid. Het is betrokken bij de vorming van keratine en daarmee een belangrijk middel voor de opbouw van de huid, haren en nagels. Als dit evenwicht is verstoord, dan kan Schüsslerzout Nr. 1 Calcium phosphoricum (D12) verwrijving worden ingezet. Dit voorkomt of verbetert brokkelig en scheurende nagels, breekbaar haar, een rimpelige huid, etc. De dosering is normaliter 2-3 x daags 2 tabletten, opzuigen. Maar ook uitwendig is een optie als "smeersel" of 3 tabletten toevoegen aan je favoriete crème.

### **Silicium, het "schoonheidszout"**

Silicea, is het (Schüssler)zout voor de bindweefselcellen van de huid. Bij een tekort verliest dit zijn structuur en wordt de huid, maar ook haar en nagels slap. Als we ouder worden hebben we meer nodig om o.a. rimpelvorming te verminderen. Vandaar dat Schüsslerzout nr. 11 Silicea (D12) ook wel het "schoonheidszout" wordt genoemd. Als dit chronisch wordt gebruikt adviseer ik het te begeleiden door Schüsslerzout 9 om zuren extra af te voeren en Schüsslerzout 8 voor de vochthuishouding en slijmvlies conditie. Profylactisch kan dit als 5 tabl. per dag worden ingenomen. Ter behandeling/verbetering wordt een dosering van 2-3x daags 2 tabl. aanbevolen. Ook dit kan uitwendig worden toegepast zoals bij Schüsslerzout-nr. 1. De combinatie van de Schüsslerzouten 1 en 11 is de optimale "schoonheidsmix".

<u>Huidklacht</u>	<u>Aanbevolen Schüsslerzout(en) met functie(s)</u>	
Acne	Nr. 3 - 9 - 11	Ontsteking – ontzuring - weefsel
Couperose	Nr. 1 - 4 - 9 - 11	Elasticiteit – vaten – bindweefsel
Littekens	Nr. 1 - 5 - 8 - 11	Elasticiteit – spanning - vochthuishouding - bindweefsel
Mee-eters	Nr. 4 - 9 - 11	Ontsteking - vetstofwisseling - bindweefsel
Rimpels	Nr. 1 - 11	Elasticiteit - bindweefsel
Wratten	Nr. 4 - 10	Virusinfectie - ontgifting/afvoer
Zonebrand	Nr. 3 - 8	Ontsteking - vochthuishouding

**Schüsslerzouten voor een stralende gezonde huid!**