



WIRKSTOFFKOSMETIK

HELENA PAULUS:

»INSGESAMT IST UNSERE HAUT SEHR
DYNAMISCH UND ES FINDEN DAUERHAFT
STOFFWECHSELVORGÄNGE,
WIE IMMUNABWEHR, ZELLERNEUERUNG,
DURCHBLUTUNG UND AUCH
SINNESWAHRNEHMUNGEN, STATT.«



BEWUSSTES LEBEN

DIE HAUT UND IHRE
PROZESSE VERSTEHEN -

»DER« WEG ZU STRAHLEND
SCHÖNER HAUT

Wir alle möchten gerne eine strahlend schöne Haut.
Hierzu bedarf es nicht nur der richtigen Pflege
in Form von reiner und hochwertiger Nahrung.
Genauso wichtig ist es, die natürlichen Prozesse
der Haut einmal genau unter die Lupe zu nehmen
und zu verstehen.

Helena Paulus
Wirkstoffexpertin

Nachfolgend bringen wir Ihnen eben dieses 1x1 der optimalen Pflege und der Prozesse Ihrer Haut nahe. Mit diesem Wissen kann dann auch Ihre Haut zur maximalen Schönheit gelangen.

AUFBAU - ABBAU - UMBAU - AKTIVIERUNG - ENTLASTUNG - LEBENDIGKEIT

Die Haut ist aufgebaut in drei Schichten: Oberhaut (Hornschicht), Lederhaut und Unterhaut. Sie schützt uns vor Umwelteinflüssen, ist mit Abwehr-, Nerven- und Fettzellen sowie Blutgefäßen und Schweißdrüsen ausgestattet und aktiviert Abwehrmechanismen.

Abhängig von der Körperregion ist sie unterschiedlich dick. Alle neuen Hautzellen, welche in der untersten Ebene gebildet werden, durchlaufen einen Zyklus von ungefähr 28 Tagen. In diesem Zeitraum gelangen sie durch alle Hautschichten bis zur Obersten, der Hornhaut.

Insgesamt ist unsere Haut sehr dynamisch und es finden dauerhaft Stoffwechselläufe, wie Immunabwehr, Zellerneuerung, Durchblutung und auch Sinneswahrnehmungen, statt.

DOCH DIE HAUT IST WEITAUS MEHR ALS DAS!

Über den Hautkontakt gehen wir mit unseren Kindern und unserem Partner in die direkte Berührung. Die Haut ist ein Sinnesorgan, mit dem wir fühlen: Gänsehaut, Lustempfinden, Wärme, Kälte und vieles mehr.

Sie ist ein Organ, noch dazu unser größtes, welches neben dem Kontakt zur Umwelt auch andere bedeutende Funktionen innehat. Wichtige Aufgaben sind zum Beispiel der Schutz vor Verletzungen sowie

die Aufnahme von Sauerstoff und Nährstoffen zur optimalen Entwicklung und Regeneration. Ebenso gilt die Haut als „Ventil“ für die Ausleitung von verbrauchten Stoffwechselprodukten beziehungsweise die Befreiung von Stoffen.

DER STOFFWECHSEL DER HAUT

Unser Stoffwechsel ist die Grundlage komplexer, im Körper ablaufender Prozesse. Für Aufbau-, Abbau- und Umbaumaßnahmen benötigt und verarbeitet der Körper „Bauaterialien“ wie beispielsweise Sauerstoff, Nahrung und vor allem Enzyme. Stehen diese dem Körper und damit einem optimal funktionierenden Stoffwechsel nicht zur Verfügung, kommt es in den Zellen, hier den Hautzellen, zu einer Unterversorgung. Auch die Nutzung von raffinierten, also „toten“ (Bio-)Ölen, welchen durch Raffinationsprozesse Vitamine, Enzyme, Nähr- und Vitalstoffe entzogen werden, haben für die Haut keinen Nährwert. Die Zellen trocknen aus, schrumpfen und sind nicht mehr voll funktions- und leistungsfähig.

Doch nicht nur eine Minderversorgung beziehungsweise ein Mangel an wichtigen und nährenden Stoffen kann zu einer Verlangsamung des Hautstoffwechsels mit all den daraus resultierenden Nachteilen führen, sondern auch vielfältige Belastungen aus der Umwelt. Täglich ist der Körper aufgefordert, sich von schätzungsweise weit mehr als 500 unterschiedlichsten Chemikalien zu schützen und sich von diesen zu entlasten. Eine Vielzahl davon stecken zum Beispiel in der Luft, in Kleidung, Waschmitteln, Weichspüler und allem voran in vermeintlich guten Pflegeprodukten, welche unser Hautorgan stark belasten. Der überwiegende Teil aller Kosmetikprodukte enthält einen oder mehrere der folgenden schädlichen Stoffe wie PEG-Substanzen, Mikroplastik, Erdöl, Glycerin und aggressive Tenside wie Natrium Lauryl Sulfate, um nur einen Bruchteil zu nennen, welche über die Haut in den Körper eindringen können.

Gleichermaßen dramatisch ist: Diese unguten Stoffe bilden mitunter undurchlässige Schichten auf der Haut und schädigen somit unseren körpereigenen Schutzmantel.

Es versteht sich von selbst, dass ausgetrocknete, unterernährte und belastete Zellen ihre Funktion mehr schlecht als recht erfüllen können. Die unmittelbare Folge davon zeigt sich in einer müden, blassen und fahl aussehenden Haut. Sie wirkt unruhig, trocken und erschläfft. Zellstränge brechen und es entstehen Falten. Eine Haut, die aus dem Gleichgewicht geraten ist, kann schlecht regenerieren und ihre Themen dauern an.

DEN STOFFWECHSEL DER HAUT AKTIVIEREN UND OPTIMIEREN

Der erste Schritt, den so wichtigen Hautstoffwechsel wieder zu aktivieren und zu optimieren, besteht darin, dass die Haut im besten Fall keinerlei Stoffe mehr zu sehen bekommt, welche ihr nicht dienen oder welche sie sogar belasten würden. Wenn man stattdessen beginnt, die Haut mit nährender sowie vitamin- und enzymreicher Nahrung aus kaltgepressten Bio-Wirkölen und Wirkstoffen zu versorgen, aktiviert man den Hautstoffwechsel und die Haut kann ihre natürlichen Prozesse wieder ausführen. Wie äußert sich nun so eine Stoffwechselaktivierung, die bei ca. der Hälfte der Menschen sichtbar und spürbar wird?

Es ist eine völlig neue Erfahrung für Ihr Hautorgan. Unterschiedliche Wahrnehmungen, wie ein Wärmeempfinden, eventuell ein leichtes Brennen oder eine temporäre Rötung der Haut, sind ein paar der Kennzeichen, die eine Aktivierung des Stoffwechsels mit sich bringt. Es ist vergleichbar mit einem untrainierten Menschen, der das erste Mal Sport treibt und Muskelkater bekommt. Dies ist ein wünschenswerter, belebender und rasch vorbeigehender Prozess.

**ERFAHRUNGEN SILVIA Inderwies,
HEILPRAKTIKERIN:**



**Silvia Inderwies
Heilpraktikerin,
seit 2005 als Heil-
praktikerin tätig**

„Aus meiner eigenen Erfahrung kann ich berichten, dass die Umstellung auf lebendige Wirkstoffpflege meinen Stoffwechsel aktiviert und die Haut im Bereich meiner Schilddrüse entlastet hat. Darüber bin ich sehr froh.“

Vor über 28 Jahren wurde ich an der Schilddrüse operiert. Zuvor bekam ich eine Injektion mit jodhaltigen, radioaktiven Substanzen zum Zwecke der Diagnostik. Als ich dann 2017 ausschließlich Produkte auf Basis kaltgepresster Bio-Wirköle und Wirkstoffe als Nahrung für mein Hautorgan nutzte, zeigte sich bei mir schon nach kurzer Zeit die oben beschriebene Stoffwechselaktivierung und bald darauf eine deutliche Entlastungsreaktion mit Rötungen, Pickeln und Juckreiz genau im Bereich der Schilddrüse.

Ich bin mir ziemlich sicher, dass die damals vor der Schilddrüsen-Operation injizierten Stoffe noch immer dort in meinem Bindegewebe eingelagert waren. Dank der Umstellung auf lebendige, nährstoffreiche Pflege aktivierte sich mein Stoffwechsel und die Haut erhielt die Möglichkeit, sich von diesen Stoffen zu befreien. Und alles, was der Körper ausscheidet, kann uns und unseren Organismus nicht mehr belasten. Eine Haut kann nur dann ihr Schönstes werden, wenn der Stoffwechsel aktiv arbeitet und sie befreit ist von allem, was ihr nicht dient. Nur so kann sie auch ihre natürlichen Prozesse ausführen.

Genauso war es bei mir. Meine schon deutlich sichtbaren Falten am Hals glätteten sich von Mal zu Mal, die Kinnpartie straffte sich und die Haut regenerierte sich merklich, wurde feiner und zarter, gleichmäßiger und lebendiger.“

**GEHEN WIR NOCHMAL
EINEN SCHRITT ZURÜCK**

Unser Körper, unsere Haut und unsere Haare haben im Laufe des Lebens vermutlich schon viele undienliche, stoffwechselerlahmende, teils schädliche und belastende Stoffe „gesehen“, aufgenommen und abgespeichert. Entweder durch Stoffe, welche in herkömmlichen Kosmetikprodukten vorkommen, aber auch durch den unzureichenden Abtransport von Stoffwechselabfallprodukten, den sog. „Schlacken“. Diese können sich an unterschiedlichen Orten und in unterschiedlichen Mengen in unserem Körper und unserem Hautorgan einlagern.

**Vorher-Nachher-Fotos
Silvia Inderwies
über einen Zeitraum
von 40 Tagen**



**DOCH WAS SIND DENN EIGENTLICH
DIESE „SCHLACKEN“ UND WIE
FUNKTIONIEREN DIE
„ENTGIFTUNGSPROZESSE“
DER HAUT?**

Als „Schlacken“ werden umgangssprachlich die Umwandlungs- beziehungsweise Abfall- und Ausscheidungsprodukte bezeichnet. Diese entstehen in unserem Körper während diverser Stoffwechselprozesse wie Energiegewinnung, Neubildung von Zellen, Abbau von Zellen, Umwandlung von Sauerstoff in Kohlenstoffdioxid, Regeneration und vielem mehr. Hinzu kommen die schädlichen Stoffe, welche der Körper über die Umwelt wie beispielsweise über Luft, Nahrung, Medikamente, Zahnbehandlungen, Zigaretten, Hormone und eben im großen Stil auch über Kosmetikprodukte aufnimmt. Diese können je nach Beschaffenheit zwar über Leber, Niere, Darm, Haut, Schweiß oder Atmung vom Körper selbst ausgeschieden werden, der Rest bleibt jedoch im Körper und wird dort abgespeichert. Hinzu kommt, dass diese unguuten Stoffe den Körper nicht

nur belasten, sondern er sich dadurch auch nicht um andere, wichtige Prozesse wie Regeneration und Aufbau im erforderlichen Maß kümmern kann.

AUSWIRKUNGEN AUF DIE GESUNDHEIT

Wenn der Körper also dauerhaft undienliche und belastende Stoffe aufnimmt und somit seine natürlichen Prozesse nicht optimal ausführen kann, kann sich das irgendwann negativ auf die Gesundheit auswirken. Es können Symptome entstehen, welche sich auch körperlich zeigen, wie beispielsweise Hautreaktionen, gereizte beziehungsweise geschädigte Schleimhäute, Übelkeit, Nervenschmerzen, Muskelkrämpfe, Unverträglichkeiten, Erschöpfung und Depression bis hin zum chronischen Müdigkeitssyndrom.

Versucht der Körper nun über die Haut ein paar dieser Stoffe auszuleiten, entstehen mitunter vorübergehende Reaktionen auf der Haut. Doch leider werden üblicherweise diese wertvollen Entlastungsprozesse unterbunden zum Beispiel durch den Einsatz von Salben, Sprays, Cortison, Antibiotika und Ähnlichem.

Damit kommt es zwar vordergründig zu einer Besserung beziehungsweise Erleichterung, doch verdrängen und verschieben wir die Symptome lediglich nach innen.

In der Naturheilkunde nennt man dies „Symptom-Verschiebung“. Bereits vor über 80 Jahren dokumentierte Dr. Reckeweg in seiner ‚6-Phasen-Tabelle‘ seine Beobachtungen über die Auswirkungen von sogenannten Etagenverschiebungen in tieferliegende Bereiche. Immer wieder können wir Zusammenhänge beobachten, dass sich zum Beispiel unterdrückte Hautthematiken ihren Ausdruck auf den Bronchien verschaffen. Verdrängen wir auch hier, so sehen wir oftmals die Verschiebung in die nächste Etage, Darmprobleme können entstehen.

LEBENDIGE NAHRUNG FÜR DAS HAUTORGAN

Wenn man der Haut, den Haaren und dem Organismus wertvolle Nahrung gibt, kann man sie dabei unterstützen, sich selbst zu helfen und die natürlichen Prozesse werden aktiviert. Sie können gut regenerieren und sich auf natürliche Weise von den undienlichen und belastenden Stoffen befreien, sodass die freien Strukturen optimal arbeiten können.

Und das ist mit lebendiger Nahrung in Form von nährenden, kaltgepressten Bio-Wirkölen, welche voller Nährstoffe, Vitamine und Enzyme sind, möglich. Kombiniert man diese mit perfekt aufeinander abgestimmten, ausgeklügelten Wirkstoffen in optimaler Dichte, so ist das für die Haut wie ein „3-Sterne-Bio-Vollwertkost-Menü“.

Wenn das Hautorgan optimal genährt wird, kommt es bei ein paar wenigen Menschen zunächst zu einer Umstellung der Haut im Sinne der oben beschriebenen Reinigungs- und Entlastungsprozesse. Eine beständig durch Nähr- und Wirkstoffe perfekt versorgte Haut kann sich weiter entlasten, sich nähren, stärken und stabilisieren. Das ist für die Haut der Königsweg.

Denn nur mit einem lebendigen und funktionierenden Stoffwechsel, sowie einem gut entlasteten und optimal versorgten Hautorgan kann die Haut ihr Schönstes werden und in vollem Glanz erstrahlen.

WISSEN IST MACHT

In der Kosmetikindustrie sind über 8.000 Stoffe zugelassen. Es ist ein unglaublich weites Feld und für den Verbraucher ist es nicht leicht, sich einen Überblick zu verschaffen.

Immer mehr Menschen greifen zu Produkten, die sich als „Naturkosmetik“ vermarkten. Doch das Wort „Naturkosmetik“ ist kein geschützter Begriff! Auch wenn die Verpackung eine „Natürlichkeit“ vermittelt sind Stoffe erlaubt, welche für Haut und Körper nicht zuträglich sind, sondern eher schaden (wie zum Beispiel Erdöle, allergieauslösende Farbstoffe, hormonell wirksame Konservierungsstoffe, chemische Substanzen oder gar Stoffe, welche Formaldehyd abspalten könnten, das im Verdacht steht, krebsauslösend zu sein).

Betrachtet man den Bereich der „Bio-Naturkosmetik“ so ist dort per Gesetz vorgeschrieben, dass mindestens 70 Prozent der Inhaltsstoffe aus kontrolliert biologischem Anbau stammen. Größtenteils werden jedoch durch Raffinationsprozesse den Bio-Ölen Vitamine, Nährstoffe und Enzyme entzogen –es sind „tote Öle“, welche der Haut keinen Mehrwert bieten. Das ist so, als würde man sich ausschließlich von Weißbrot, Margarine und Zucker ernähren: Die Haut ist zwar satt, wird aber nicht optimal unterstützt und genährt.

Eine Haut, welche jedoch mit lebendiger, vitamin- und nährstoffreicher Nahrung versorgt und so wohlüberlegt umsorgt wird, belohnt Sie mit persönlicher maximaler Schönheit und Wohlergehen.

Wählen Sie deshalb alles, was Ihre Haut berührt, mit Bedacht.

Mehr Information:
www.relight-delight.de