



SEEROSE BARBARA TAUSZ OG

FUSSPFLEGE, KOSMETIK, MASSAGE, ENERGIEARBEIT

A-7535 St. Michael, Schulstr. 324; T: +43 (0)664 170 17 71
www.seerose-tausz.at; e-Mail: barbara@seerose-tausz.at



VERWÖHN- und PFLEGE-TIPP

SALZ – DAS WEISSE GOLD DER ERDE

Salz, genauer gesagt unbehandeltes Salz, wie z.B. Steinsalz (Kristallsalz, Himalaya-Salz, etc.) kann uns auf vielfältige Weise bei der Pflege unseres Körpers behilflich sein.

Herstellung von Kristallsalz-Sole:

Füllen Sie in ein Glas (kein Kunststoff) mit Deckel Kristallsalzbrocken und gutes Quellwasser. Nach ca. einer Stunde haben sie eine gesättigte Solelösung mit ca. 26 % Salzanteil Diese Konzentration wird auch nach längerer Zeit nicht stärker. Sie können die Sole jetzt benutzen. Wenn das Wasser zu wenig wird, füllen Sie nach. Wenn sich die Salzkristalle komplett aufgelöst haben, geben sie einfach wieder neue hinein.

Empfehlenswert ist es die Sole zum Zähneputzen zu verwenden, denn sie wirkt ausgleichend und wirkt gegen Zahnfleischbluten, Parodontose, Mundgeruch usw. Sie bekommen weisse Zähne und der Zahnstein löst sich.

Auch eine Mundspülung kann mit der Salzsole durchgeführt werden.

Bei unreiner Haut können Sie die Sole direkt auftragen und einwirken lassen.

Ein Solebad empfiehlt sich bei Hauterkrankungen, Rheuma und Gelenkerkrankungen, zur allgemeinen Stärkung des Immunsystems und zur Entschlackung des Körpers. Für ein Wannenvollbad (in der Regel mit 100L Wasser) benötigt man mind. 1kg Kristallsalz. Die Badetemperatur sollte bei 35 - 37° Celsius liegen, die Badedauer sollte in der Regel 20 – 30 Minuten betragen. Anschließend sollten Sie sich ohne abtrocknen einwickeln und eine Stunde ins Bett legen. Danach können Sie sich abduschen.

Beobachtungen konnten belegen, dass die Anwendung einer therapeutischen Natursalzbadekur die beste Wirkung bei Mondwechsel (bei Vollmond optimale Aufnahmefähigkeit und bei Neumond optimale Entschlackungsfähigkeit) erreicht.

Bei der Fußpflege kann Ihnen die Sole bei der Vorbeugung gegen Fußpilz und ähnliche "Quälgeister" aufgrund seiner desinfizierenden Wirkung helfen: Die Füße täglich 10-15min in Sole baden.

Im Krankheitsfall konsultieren Sie vor einer Salzanwendung immer zuerst ihren Arzt.

Viel Spaß mit diesem Tipp wünschen Barbara und Günther Tausz