

# FINESSE Kreideschlamm

finesse®  
aromafitness

## ***Typ Rügener Kreide / Typ grüne Erde***

Schlammbaden wird von den Menschen schon seit Jahrhunderten geschätzt. In den letzten Jahren bekam das Schlammbad durch die „Medical Wellness“ eine neue Bedeutung.

In der modernen Naturkosmetik darf „heilende“ Erde aus verschiedenen Mineralien nicht fehlen. Es gibt viele verschiedene Farben (gelb, blau, weiß, rot), wobei grün die Beste ist. Die grüne Erde ist ganz besonders fähig, Stoffe an ihrer Oberfläche anzulagern oder fest anzukoppeln. Bei ihr ist der Ionenaustausch am stärksten. Sie besitzt daher eine größere Saugfähigkeit als andere Erden. Dadurch kann Sie regenerierend und ordnend auf gestörte Hautfunktionen einwirken und einen Ausgleich schaffen. Die weiße Erde (Rügener Kreide) setzt sich überwiegend aus kohlesauerm Kalk (Kalziumkarbonat) zusammen und enthält so wertvolle Mineralien wie Silizium, Magnesium, Aluminium, Eisen, Jod und Phosphor. Eine der wertvollsten Eigenschaften aber ist ihre Wärmespeicherung. Dieser geruchlose, reine, weiße Mineralschlamm fühlt sich nicht nur wohl auf der Haut an, als reines Naturprodukt speichert er auch gut Wärme und gibt sie langsam wieder ab. Es entschlackt, entgiftet und es kann außerdem bei rheumatischen Erkrankungen helfen.

**Eigenschaften:** Es stärkt das Wohlbefinden bei muskulären Verspannungen und unterstützt die Pflege von Haut und Haaren.

**Anwendung:** Nach einer vorreinigenden Dusche wird der Schlamm, dünn auf die Haut aufgetragen. In einem angenehm temperierten Raum mit geringer Luftfeuchtigkeit trocknet dieser (ca. 15 Minuten) an. Kräuterdampfschübe erhöhen die Temperatur und Feuchtigkeit der Luft und der wieder feuchte Schlamm wird mit leicht kreisenden Bewegungen in die Haut einmassiert. Der Peelingeffekt löst verkrustete Cremereste und teilweise abgestorbene Zellen der oberen Hautschichten. Anschließend entfernt ein warmer Nieselregen aus der Decke des Raumes oder eine Dusche die letzten Schlammreste. Zum Abschluss wird die Haut mit hochwertigen Körperölen z. B. Jojobaöl gepflegt. Eine Nachruhe ist empfehlenswert.

**Wirkungsweise:** Heilerde hat stark absorbierende Eigenschaften und nimmt daher die unterschiedlichsten Stoffe effektiv auf und bindet diese: z. B. Zellpartikel, Bakteriengifte, Hornschuppen, totes Gewebe etc. dadurch wird die Bildung von neuem frischen Gewebe gefördert und die Durchblutung angeregt. Ebenso gleicht Heilerde das Säure-Base-Verhältnis der Haut aus und versorgt sie mit Spurenelementen (z. B. Eisen, Zink).

**Haltbarkeit:**

geöffnet = 6 Monate

ungeöffnet = 24 Monate