

Frühlingzeit - Entgiftungszeit

Das Frühjahr und die Fastenzeit, das wussten schon unsere Vorfahren, sind ein sinnvoller Zeitpunkt für die Reinigung und Entgiftung des Organismus, um sich jetzt von belastenden Schlacken zu trennen und neue Energie zu tanken.

Den Körper zu entgiften ist in der heutigen Zeit besonders wichtig. Umweltgifte, Medikamente, Streß, Hektik und Ernährungssünden können uns auf Dauer belasten. Nicht mehr verwertbare Ernährungsbestandteile, Chemikalien (Kosmetika) und Schwermetalle wie z.B. Amalgam lagern sich im Körper als Schlacken, Schad- und Giftstoffe ein und belasten den Organismus. Diese Körpergifte verursachen z.B. Müdigkeit, Leistungsabfall und führen zu sinkender Lebensqualität.

Entgiftungstherapien öffnen und stärken die Ausscheidungsorgane (Darm, Leber, Lymphe, Nieren) und leiten Schlacken und Schadstoffe aus dem Körper aus.

Um die Ausscheidung der gelösten Giftstoffe zu gewährleisten, ist während der Entgiftung unbedingt ausreichend zu trinken (ca. 1,5 - 3l am Tag). Wichtig ist auch eine basenreiche Ernährung, die Einschränkung von Genussmitteln, Fleisch und Zucker, um den Therapieerfolg zu unterstützen und keine neuen Schlacken anzusammeln.

Ausleitung und Entgiftung sind naturheilkundliche Verfahren, bei denen Giftstoffe gezielt aus dem Körper abgesondert und ausgeschieden werden. Dies erfolgt zum einen über den Darm und die Nieren, zum anderen über die Haut.

Zur Regulierung der Hautatmung eignen sich Behandlungen wie z.B. die Kräuterstempelmassage.



Basische Kräuterstempelmassage

nach Peter Jentschura

... mit ihrer sehr wohltuenden, hautreinigenden und hautstärkenden Wirkung unterstützt optimal die Entgiftung und Ausleitung über die Haut.

Entspannen und gleichzeitig über die Haut entgiften - Genießen Sie zuerst eine leichte, der Stempelmassage vorangehende Salz-Öl-Massage, die einen angenehmen Peelingeffekt bewirkt.

Während der basischen Kräuterstempelmassage treten die Wirkstoffe der erwärmten und durchfeuchteten Kräuter aus. Darüber hinaus erhöhen sie durch die angenehme Wärme ihre wohltuende und entspannende Wirkung - jedes der einzelnen zwölf Kräuter auf seine besondere Art und Weise. Säuren und Schadstoffe werden sowohl wegen der Pflanzenwirkstoffe als auch wegen der Alkalität des warmen Pflanzensaftes und des basischen Badesalzes "MeineBase" über die Haut ausgeschieden.

Mit den heißen Kräuterstempeln wird eine angenehme und gleichzeitig sanft ausleitende Massage in Ausscheidungsrichtung durchgeführt. Die Anwendung wirkt durchblutungsfördernd, reinigend, schlackenabbauend, stoffwechselaktivierend und durch die Alkalität intensiv entsäuernd. Die von Schadstoffen befreite Haut fettet sich wegen der Anregung der Talgdrüsen von selbst.

Genießen Sie diese Massage als eine der wirkungsvollsten Anwendungen zur Entgiftung, Regenerierung und Pflege Ihrer Haut!

Als Ganzkörpermassage ca. 60 Min zu 75 €
Als Teilkörpermassage ca. 45 Min zu 60 €

Beratung und Behandlung rund um das Thema
Ausleitung und Entgiftung hier in der Praxis.
Ich freue mich auf Ihren Anruf!

just
relax ...

Gesundheit und Energie für
Körper, Geist & Seele

Aktuell zum Frühjahr

Ausleitung & Entgiftung

und

Basische

Kräuterstempelmassage

Elke Kaminski
Heilpraktikerin

Praxis Schulweg 22, 20259 Hamburg
Tel 040 4204824