



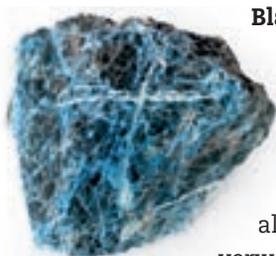
Kräuter und Heilsteine ergeben eine wirkungsvolle Mixtur. Setzt man sie gemeinsam an, kann das **Mazerat für Kompressen** verwendet und der **Heilstein für eine Massage** eingesetzt werden

Anwendungen

GESUNDE MISCHUNG

die wohltuende Kraft von Kräutern hat wohl jeder schon einmal erlebt. Bei ganzheitlichen Anwendungen kann ihre Wirkung durch den Einsatz von Heilsteinen verstärkt werden. Die folgenden drei Behandlungsbeispiele sind auch ohne spezielle Vorkenntnisse einfach in der Praxis umsetzbar.

Anwendung 1: In Fluss kommen



Blauer Chalcedon hilft, Wassereinlagerungen (Ödeme) abzubauen, da er den Lymphfluss stark anregt. Gelöste Schlackenstoffe werden so besser abtransportiert. Er kann zur Lymphdrainage vor allem an den Lymphbahnen am Hals verwendet werden.

Bohnenkraut (*Satureja montana*) – das blühende Kraut, das zu Beginn des Sommers geerntet wird. Es wird in der Kabine als abschwellende Maßnahme bei Lymphstau und Tränensäcken eingesetzt.

Die **Römische Kamille** (*Chamaemelum nobile*) ist, wie die echte Kamille, eine Heilpflanze. Azulen und Bisabolol zählen zu ihren Wirkstoffen. Sie wird bei Akne, Pickeln und zur Desinfektion eingesetzt; sie erhöht die Spannkraft der Haut, beruhigt und entstaut.

Anwendung:

- Die Kräuter mit einem Rohstein (blauer Chalcedon) ansetzen.
- Vor dem Einsatz des Vapozons (ohne Dampf kann die Auflage mit einer Handmassage kombiniert werden) beidseitig die zwei Lymphbahnen vom Ohrläppchen bis zur Schlüsselbeingrube mit geteilten Wattepads, die mit dem Mazerat durchtränkt sind, belegen (Achtung: Schilddrüse und Halsmitte freilassen).



www.beauty-forum.com/myacademy

DOWNLOAD 

Unter dem Stichwort „Edelstein-Augenkissen“ finden Sie in unserem Themenportal Infos zu einer Aquamarin-Augenbehandlung.

- Nach dem Vapozon die Pads abnehmen und mit zwei blauen Chalcedonen (kleinen Massagesteinen) die Lymphe ausstreichen. Ideal ist für die Massage ein passendes Edelsteinöl.

Anwendung 2: Anti-Stress

Aventurin-Quarz ist wegen seiner entzündungshemmenden Wirkung ein idealer Stein bei Ausschlägen, Allergien und gereizter Haut. Er stärkt das Bindegewebe, wirkt schmerzlindernd und ist auch bei Sonnenbrand geeignet.



Lavendel (*Lavandula officinalis*) ist wegen seiner antibakteriellen und fungiziden (pilzhemmenden) Wirkung in der Kosmetik sehr beliebt. Er enthält neben ätherischen Ölen u.a. Gerbstoffe sowie Flavonoide und besitzt einen hohen Mineralgehalt. Er sollte im Juli/August geerntet werden.

Die **Ringelblume** (*Calendula officinalis*) wird selbst in der Babykosmetik wegen ihrer wundheilenden Kräfte verwendet. Man kann sie von Juni bis Oktober ernten.

Malve (*Malva neglecta*) wurde schon vor Jahrtausenden in Asien geschätzt. Wegen ihrer Schleimstoffe kann sie gegen Rötungen, Allergien, Reizungen und Ekzeme eingesetzt werden. Durch Modeschmuck verursachte Ausschläge klingen mit der Malvenkomresse rasch ab. Sie wirkt unterstützend bei Couperose und trockener Haut. ▶



Buchtip

„Wellness-Steine: Zwölf Steine für Wohlbefinden und Gesundheit“ von Monika Grundmann, 7,95 Euro, und „Die Edelstein-Balance“ von Monika Grundmann u.a., 16,90 Euro, beide Verlag Neue Erde

ISBN: 978-3890605616
978-3890605555

 Für Basic- und Premium-Member

Foto: Zadiraka Evgenii/Shutterstock.com

COSMETICA BERLIN
16.-17.11.2013
Halle 18, Stand D151/C116

New KARCHER Cosmetic

Profi-Masken für alle Hauttypen.

Die wichtigste Voraussetzung, um Kunden zu binden.



**BioCellulose Maske Feuchtigkeit
mit Hyaluron, Aloe Vera, Collagen**

**BioCellulose Maske Anti-Aging
mit Apfel-Stammzellen**

**BioCellulose Maske Unreine Haut
mit Purisoft®, grüner Tee**

**BioCellulose Augenpads
mit Actiflow®, Hamamelis, Frescolate**

Rudi Karcher GmbH

An der Roßweid 22 · 76229 Karlsruhe · Tel. 0721/9 61 00-0
Fax 0721/9 61 00-50 · E-Mail: info@praxis-cosmetic.de
www.praxis-cosmetic.de

ANLEITUNG: KRÄUTERKOMPRESSEN

Lauwarme Kompressen können auch Anfänger ohne viel Aufwand selbst herstellen:

- In ein kleines Glasgefäß (Öffnung am besten in der Größe eines Wattepads) die gewünschte Kräutermischung und den Rohstein geben.
- Mischung einige Minuten stehen lassen und das Glas schwenken. Besonders eindrucksvoll für die Kundin ist die echte Malve, die schon nach wenigen Sekunden eine tiefblaue Farbe abgibt.
- Die Flüssigkeit auf das Wattepad geben und dieses (ggf. auch geteilt) auf die zu behandelnden Stellen legen. Je nach Hautbild wird dann der Dampf bis zu 10 Minuten auf die Kräuterkomresse gerichtet.
- Danach die Kundin gleich mit warmem Massageöl behandeln; sie könnte sonst frieren.

Wichtig: nur unbehandelte Kräuter verwenden.

Malve wird im Sommer geerntet. Achtung: Das Wasser für den Auszug darf nicht zu heiß sein.

Die Blätter und Blütenkronen der **echten Melisse**, auch als Zitronenmelisse bekannt, werden kurz vor der Blütezeit geerntet. Die echte Melisse wird in der Naturheilkunde zur Behandlung von Wunden und zur Narbenpflege eingesetzt. Als ätherisches Öl ist sie unschlagbar bei beginnenden Herpesbläschen. Sie beruhigt als Tee nicht nur die Nerven, sondern auch die Haut.

Anwendung:

- Die Stein-Kräuter-Mischung ansetzen.
- Nach dem Reinigen oder während des Bedampfens für ca. zehn Minuten die Kräuterkompressen auf das Gesicht und ggf. den Hals/das Dekolleté auflegen (wie bei Anwendung 1 die Halsmitte freilassen).
 - Anschließend Gesicht, Hals und Dekolleté sanft mit zwei Aventurin-Griffeln und pas-

sendem Edelsteinöl oder der gewohnten Pflegecreme (ohne Paraffine) massieren.

Anwendung 3: Entschlackung

Der **Chrysopras** löst die Schlackenstoffe aus dem Gewebe und transportiert sie über die Lymphbahnen ab.

Er gehört zu den besten Entgiftungssteinen, ist bei der Behandlung von Pilzen und Neurodermitis hilfreich und bewährt bei Hautunreinheiten der unteren Gesichtshälfte (werden einer Belastung des Darms zugerechnet).

Als Kräuter bieten sich **Erdbeer-**

blätter, Lindenblüten und Quendel an. Es kann

auch fertiges Edelstein-Massageöl eingesetzt werden oder ein Aloe-vera-Gel (ohne künstliche Konservierungsstoffe), falls eine Massage wegen der Gefahr einer Schmierinfektion nicht möglich ist.

Anwendung:

- Hier wird die Lymphstimulation (siehe 1. Anwendung) mit einer Auflage aus der Entschlackungsmischung verbunden.
- Vor dem Vapozone (es geht auch ohne) die Lymphbahnen mit Pads, die mit der Mischung aus der 1. Anwendung getränkt wurden, bedecken; außerdem auf das Gesicht (oder den unteren Bereich) Kompressen auflegen mit einer Mischung aus Chrysopras, Erdbeerblättern, Lindenblüten und Quendel.
- Das Gesicht wird danach mit dem Chrysopras und einem passenden Edelsteinöl leicht massiert.

Da Kosmetikerinnen keine Heilversprechen machen und keine Krankheiten behandeln dürfen, sind in diesem Artikel lediglich die Wirkungsweisen für die Hautpflege erwähnt. Mehr über die Heilwirkungen der Pflanzen und Heilsteine können der Fachliteratur entnommen oder auf einem Seminar erlernt werden. ■



MONIKA GRUNDMANN

Die Naturkosmetikerin, Buchautorin und Gründerin des Edelstein-Balance-Konzepts gibt ihr Wissen in ihren Ausbildungszentren in Deutschland und Österreich sowie der Schweiz weiter. Neu ist die Ausbildung zur Edelstein-Balance-Naturkosmetikerin. www.edelstein-balance.de