



# MeineBase®

## Alkuperäinen emäksinen mineraalisuola

- Neutraloi hapot
- Kiihdyttää happojen ja kuona-aineiden erittymistä ihosta
- Ehkäisee kuona-aineiden syntymistä
- Elvyttää ihon omaa kosteuttamisprosessia
- Iho alkaa näyttää terveemmältä ja kauniimmalta
- 100 %:nen luonnontuote, ei sisällä hajusteita tai säilöntäaineita

### Emäksiset kylvyt

Liuota kylpyammeeseen 3-4 rkl MeineBase-suolaa ja nauti emäksisestä kylvystä vähintään 30–60 minuuttia. Hiero kylvyn aikana kehosi joka 10. minuutti pesukintaalla tai luonnonharjaksisella harjalla. Älä huuhtelee tai voitele ihoasi kylvyn jälkeen, jotta emäksisyys jäisi vielä ihoon vaikuttamaan. Voit käyttää emäksistä mineraalisuolaa myös uima- tai porealtaassa. Iho auttaa munuaisia erityistoiminnassa ja tätä ominaisuutta meidän pitäisi käyttää hyväksemme mahdollisimman paljon!

### Emäksiset istumakylvyt

Emäksisen istumakylvyn kesto on yleensä 15–30 minuuttia, mutta kuumina kesäpäivinä virkistyt paremmin, jos viivyt 25–27-asteisessa kylvyssä vain 5-10 minuuttia. Älä huuhtelee ihoasi enää puhtaalla vedellä vaan anna lopun kosteuden kuivua itsestään.

### Emäksiset jalkakylvyt

Jalkavatiini riittää noin ½-1 rkl mineraalisuolaa. Tavallisesti vähintään 30 - 60 minuuttia kestävät jalkakylvyt ovat lämpimiä, mutta halutessasi voit käyttää myös kylmää ja lämmintä vettä vuorotellen. Älä huuhtelee tai voitele ihoasi kylvyn jälkeen, jotta emäksisyys jäisi vielä ihoon vaikuttamaan. Jotkut ihmiset nukkuvat paremmin, kun he päättävät illan lämpimän jalkakylvyn kylmällä vedellä. Muistakaamme, että myös jalkakylvyt auttavat munuaisia erittämään kuona-aineita!

### Emäksiset käsikylvyt

Kättesi kaunistuvat ja niiden ihon laatu kohentuu ja tulee kauniin hohtavaksi, kun liotat käsiäsi joka aamu 3-5 minuuttia vedessä, johon olet lisännyt n. ½ tl emäksistä mineraalisuolaa. Tehostaaksesi mineraalisuolan vaikutusta voimisteluta sormiasi kylvyn aikana.

### Emäksiset hauteet

Liuota yksi kukkurallinen tl emäksistä mineraalisuolaa ½-1 litraan kädenlämpöistä vettä. Kostuta luonnonkuituinen kangas/pyyhe liuoksessa, aseta lämmin ja kostea kompressi hoidettavaan kohtaan ja peitä se – tai kyseen osa kehoasi – vielä kuivalla pyyhkeellä ja huolehdi siitä, että hoidettava kohta pysyy lämpimänä.

### Emäksinen deodorantti

Älä kuivaa kainaloitasi pesun jälkeen, vaan hiero vähän emäksistä mineraalisuolaa kosteaan ihoon ja anna kuivua. Tätä menetelmää voit hyvin käyttää myös varpaiden ja sormien ongelmakynsiin.

### Emäsvedessä kastellut sukat

Liuota runsas ½ tl emäksistä mineraalisuolaa ½-1 litraan vettä. Valitse puuvillaiset nilkkasukat, jotka ovat numeroa tavallista kokoasi suuremmat. Kastele sukat kunnolla emäsvedessä, väännä ensin vesi pois ja vedä sukat jalkaasi yöksi. Vedä suolasukkien päälle reilunkokoiset kuivat villasukat. Jos jalkasi palelevat yleensä, suosittelomme kuumavesipulloa.

### Emäsvedessä kastellut sormikkaat

Liuota runsas ½ tl emäksistä mineraalisuolaa puoleen litraan kädenlämpöistä vettä. Jatka samalla tavalla kuin sukkien kohdalla, mutta käytä puuvillasormikkaita, joiden päälle voit vetää kuivat villalapaset.

### Emäsvedessä kasteltu paita

Liuota yksi kukkurallinen tl emäksistä mineraalisuolaa litraan kädenlämpöistä vettä. Kastele pitkähihainen, luonnonkuituinen T-paita kunnolla emäsvedessä ja jatka sitten samoin kuin sukkien suhteen. Tarvitset ehkä parikin kuivaa vaatekertaa kostean puseron päälle, jottei vilustu.

### Hampaiden hoito emäksisellä mineraalisuolalla

Emäksinen mineraalisuola ehkäisee tehokkaasti hammaskiveä, hampaiden reikiintymistä ja ientulehduksia. Ota vähän emäksistä mineraalisuolaa kostealla sormella ja hiero sillä hampaitasi ja ikeniäsi. Huuhtelee suusi puhtaalla vedellä ja kurlaa lopuksi laimealla emäsvedellä. Hammasproteesit puhdistuvat tehokkaasti, kun niitä säilytetään yön yli laimeassa emäsvedessä.

### Emäksinen intiimihygienia

Kun käytät emäksistä mineraalisuolaa kylpyvedessä, suihkussa tai bideen kanssa, hyväolontunteesi kestää kauan. Tämä korostuu varsinkin lämpimällä säällä. Vaikutus tehostuu, kun annat kosteuden kuivua itsestään iholtasi, joten älä huuhtelee kehoasi enää puhtaalla vedellä äläkä kuivaa pyyheliinalla. Tällöin limakalvoilokin jää luontainen emäsvaippa.

### Emäksinen nenähuuhtelu

Liuota hyppysellinen emäksistä mineraalisuolaa kädenlämpöiseen veteen, ota liuosta kämmeniisi ja ”hengitä” tätä vettä nenääsi useita kertoja. Vaihtoehtoisesti voit käyttää esim. Sarvikuono-nenänhuuhtelukannua, johon liuotetaan 1/3 teelusikallista suolaa. Nenähuuhtelu poistaa painetta nenä- ja otsaonteloista, samoin kuin niihin yhteydessä olevista onteloista sekä lisää nenän, kurkun ja yleisesti pään alueen vastustuskykyä.

### Emäksinen mineraalisuola lasten ihonhoidossa

Lasten kylpyyn (n. 20 l vettä) riittää hyvin yksi kukkurallinen tl emäksistä mineraalisuolaa. Mineraalikylvyn

ansiosta lapsen ihon luonnollinen kosteustasapaino säilyy. Kylpy sopii erittäin hyvin myös herkkäihoisille eikä kylpy myöskään kirvele lapsen silmissä. Älä huuhtelee ihoa kylvyn jälkeen vaan kuivaa se kevyesti pyyhkeellä, jotta emäksisyys jäisi vielä ihoon vaikuttamaan. Tämä on erittäin tärkeää varsinkin ihottumatapauksissa. Emäsvedellä saadaan hoidettua myös molluskat.

#### **Emäksinen kasvojenpesu / kuorinta**

Sekoita n. ½ tl emäksistä MeineBase-suolaa puhdistusmaidon (pH >7) joukkoon. Levitä seos kostutetuille kasvoille ja hiero kevyesti sormenpäillä veden kanssa. Lisää vettä aika ajoin sormenpäilläsi, sillä tavoitteena on sulattaa suolakiteet. Huuhtelee tämän jälkeen kädenlämpöisellä vedellä. Voit myös käyttää mineraalisuolaa sellaisenaan veden kanssa puhdistetulle ja vedellä kostutetulle iholle. Tällöin emäksinen vaikutus tehostuu. Suola saattaa kirvellä iholla hieman, mutta sitä ei tule pelästyä. Mineraalisuola ei riko ihoa eikä lisää coupe-roottisuutta, koska kiteet liukenevat veteen.

#### **Emäksinen mineraalisuola saunassa**

Ota suihku ennen löylyyn menoa ja hiero sen jälkeen mineraalisuolaa kostealle vartalolle, kasvoille ja hiuspohjaan. Jatka suolakiteiden hieromista saunassa veden kanssa kunnes kiteet sulavat. Mitä kauemmin mineraalisuola saa olla iholla sen puhdistavampi vaikutus ja pehmeämpi lopputulos on. Jos käytät saunassa vihtaa, voit laittaa vihtaveteen 1 rkl mineraalisuolaa. Huom! Älä heitä kiukaalle suolaa ja suoja lauteet erittäin hyvin, jotteivät kehon hapot tummenna lauteita!

#### **Emäksinen mineraalisuola selluliitin hoidossa**

Hiero mineraalisuolaa kostealle iholle kehon ongelmakohtiin ja laita esim. tuorekelmua päälle. Pue vielä trikoot päälle ja anna vaikuttaa mahdollisimman pitkään. Liikunta (esim. kävely) tehostaa hoitoa. Kts. myös emäksinen mineraalisuola saunassa ja jalkakylvyt. P.Jentschuran sisärvinne ja yrttijuoma ovat tärkeä osa hoitoa, koska selluliitin hoidossa kokonaisvaltaisuus on tärkeää - hoidetaan sekä ulkoisesti että sisäisesti.

#### **Emäksinen mineraalisuola psoriasisksen, atooppisen ihon sekä ihottumien hoidossa**

Kts. emäksiset kylvyt. Voit myös tehdä mineraalisuolahauteita ihon ongelmakohtiin. Laita pieneen kulhoon n. 1 tl MeineBase-suolaa ja kasta puuvillaharso tai luonnonkuituinen pyyhe emäksiseen veteen. Aseta hauda ongelmakohtaan ja anna vaikuttaa mahdollisimman pitkään. Voit myös liuottaa n. 1 tl mineraalisuolaa suihkepulloolliseen vettä ja suihkuttaa tätä emäksistä vettä koko kehoosi ja antaa sen kuivua. Sekoita uusi suihkuttava vesi päivittäin.

#### **Emäksinen mineraalisuola hyttystenpistojen ja naarmujen hoidossa**

Kostuta rikkinäinen iho ja hiero siihen emäksistä mineraalisuolaa kunnes kiteet sulavat. Ihon kirvelyä ja punoitusta ei tule pelästyä. Älä huuhtelee emäksisyyttä pois iholta.

#### **Emäksinen mineraalisuola syylien sekä kynsi- ja jalkasiemen hoidossa**

Ota emäksisiä jalkakylpyjä päivittäin. Kylvyn jälkeen MeineBase-suolaa voidaan vielä painella syyliään tai kynsisieneen ja laittaa laastari tai sideharso päälle. Kts. myös emäsvedessä kastellut sukat. P.Jentschuran sisärvinne ja yrttijuoma tukevat hoitoa sisäisesti.

#### **Emäksinen mineraalisuola hiuspohjan hoidossa**

Pese hiukset normaalisti. Hiero lopuksi mineraalisuolaa suoraan päänahkaan kunnes kiteet sulavat. Anna vaikuttaa saunassa tai pyyhkeen lämmössä. Kevyt huuhtelu riittää, jotta emäksisyys jäisi vaikuttamaan. Jos käytät lopuksi hoitoainetta, älä levitä sitä hiuspohjaan. Voit toistaa käsittelyn päivittäin. MeineBase-suolasta saat luonnollisen avun mm. kutisevaan ja kuivaan hiuspohjaan, hilseeseen ja rasvaisuuteen. Mineraalisuola auttaa myös hiustenlähtöön, mutta se edellyttää kokonaisvaltaista hoitoa, johon tarvitaan lisäksi sisärvinnettä ja yrttijuomaa P.Jentschuralta.

#### **HUOM!**

Mineraalisuola suljetussakin purkissa voi imeä itseensä kosteutta ilmasta aivan kuten ruokasuola keittössä. Kovettunut suola on kuitenkin täysin kunnossa ja käyttökelpoista!

Usein pelkkä muovipakkauksen kylkien puristelu irrottelee suolaa, mutta tarvittaessa suolan pinnasta voi murtaa pieniä paloja, jotka voi jauhaa pieneksi tai sulatella veden kanssa.

**Varsinaisen veden joutumista suolapakkaukseen pitää kuitenkin varoa ja pakkaus tulee säilyttää suljettuna.**

#### **Tiedustelut / maahantuonti:**

##### **EH-Import Finland Oy**

Rynnästäie 4

00870 Helsinki

P. 09-75 999 112

Fax 09-6983 799

e-mail. [office@eh-import.fi](mailto:office@eh-import.fi)

[www.eh-import.fi](http://www.eh-import.fi)