

# Borstelmassages

Natuurlijk mooie en strakke huid met lichaamsborstelingen

Regelmatige lichaamsborstelingen zorgen niet alleen voor een gladde huid, maar ondersteunen ook de lymfestroom en daarmee de reiniging van het lichaam van binnenuit!

Aangename lichaamsverzorging met groots effect

Voor de huid zijn droge borstelingen (ook wel dry brushing genoemd) een natuurlijke detox-kuur en een anti-aging-verzorging tegelijk!



Hiervan profiteert vooral het bindweefsel. Lichaamsborstelingen zijn bijzonder geschikt bij cellulitis, striae of verstopte poriën. Het zachte peeling-effect van de haren bevordert de doorbloeding van de huid, activeert het lymfesysteem en verwijdt dode huidschilfers. Dit zorgt voor een glad en stralend huidbeeld.

Gezonde huid reinigt het lichaam duurzaam

Onze huid zendt snel een waarschuwingssignaal uit als het organisme verzuurt. Roos, eelt of intensieve transpiratie kunnen aanwijzingen zijn dat het organisme verstoord is of dat andere organen (bijv. de nieren of de lever) overbelast zijn.

Als ons grootste orgaan draagt onze huid in grote mate bij aan de uitscheiding van zuren zoals mierenzuur, melkzuur of urinezuur. Hier spelen de zweet en talgklieren een grote rol. Ze scheiden de in water en vet oplosbare stoffen uit die tevoren in onze lymfatische 'zuiveringsinstallatie' werden uitgefilterd.

Het lymfatisch systeem is onze 'zuiveringsinstallatie'

Bij Jentschura's borstelmassages wordt gebruik gemaakt van de uitscheidingsfunctie van de huid en wordt de stroomrichting van de lymfe gevolgd.

Het lymfatische systeem in ons lichaam werkt als een zuiveringsinstallatie. Alles wat de cel niet meer nodig heeft en weer uitscheidt, bereikt de lymfe en wordt dan via onze uitscheidingsorganen (nieren, lever, huid) afgevoerd.

De lymfe werkt bovendien in opdracht van het immuunsysteem. Ze transporteert de witte bloedcellen die indringers en ziekteverwekkers in het hele lichaam afweren. De indringers worden dan in de lymfeklieren bestreden en wederom afgezonderd.



## Droge borsteling

Wie's morgens met veel moeite het bed uitkomt of een extra energiebooster nodig heeft, profiteert van droge borstelingen. Vóór het douchen activeren ze de doorbloeding en stimuleren de bloedsomloop. Dat zorgt 's winters voor warme voeten en handen en wekt de levensgeesten.

Tip: voor een natuurlijke en duurzame peeling borstel de onzuivere huid en spoel vervolgens de losgehaalde huiddeeltjes af.



### Geschikte borstels:

- Professionele massageborstel
- Energieborstel
- Lichaamsborstel
- Badborstel
- Gezichtsborstel
- Cosmeticaborstel
- Haarborstel
- Professionele haarborstel
- Hand- en nagelborstel

## Natte borsteling

Tijdens een basisch bad of voetbad met MeineBase bij pH 8,5 ondersteunen borstelingen bovendien de huid in haar uitscheidingsfunctie. Voer daarbij om de 15 minuten intensief borstelingen uit.

Tip: als het eens snel moet gaan, levert bijv. onze badborstel met BasenSchauer de juiste verfrissende kick onder de douche.

### Geschikte borstels:

- Badborstel
- Cosmeticaborstel
- Gezichtsborstel
- Lichaamsborstel
- Hand- en nagelborstel



## Toepassing in de lymfestroom

Bij alle borstelingen is de borstelrichting van groot belang! Deze loopt altijd in uitscheidingsrichting, dat wil zeggen in richting 'afvoer'.

Spaar gestreste, rode of gevoelige huidgedeelten uit. Ook over beschadigde huid, rosacea of acne dient niet te worden geborsteld.

Tip: de hoofdhuidmassage met Jentschura's professionele haarborstel is een essentiële eerste stap in de toepassing van SkalPuro. Hierdoor wordt de hoofdhuid voorbereid op een diepe reiniging met de basische hoofdhuidgel.

