

Körperpflege

Die Verwendung von Natron

Neben dem Preis-Leistungs-Verhältnis und der Vielseitigkeit ist die Verwendung von Natron besonders wichtig für die natürliche Körperpflege.

Mit einer Reihe von antibakteriellen, antimykotischen, antiseptischen und entzündungshemmenden Eigenschaften, ist das weiße Pulver ein perfekter Ersatz für viele Pflegeprodukte, die von den Kosmetik- und Pharmaunternehmen beworben werden.

Natron bedeutet KEIN synthetischer Duftstoff, Parabene oder Natriumlaurylsulfat. Dennoch ist Natron nur für kurze Zeitspannen wirksam, nur allzu schnell bildet sich eine Resistenz. Wie bei vielen anderen Stoffen warnen wir vor übermäßiger Verwendung.

Bekämpfe unreine Haut

Natron hilft dabei, den pH-Wert zu regulieren, was bedeutet, dass eine Substanz weder zu sauer noch zu alkalisch bleibt. Dies hilft, Hautreizungen zu reduzieren, an denen Sie leiden. Verwenden Sie das Puder also als Gesichtspeeling und Körperpeeling.

1. Machen Sie eine Paste aus drei Teilen Natron zu einem Teil Wasser.
2. Tragen Sie die Paste auf das Gesicht auf und lassen sie nicht länger als 2 Minuten auf der Haut einwirken
3. Reiben Sie mit sanften Bewegungen die Haut ab.
4. Spülen Sie die Haut mit lauwarmen Wasser gründlich ab..
5. Wiederholen Sie die Anwendung einmal täglich für 2 oder 3 Tage und reduzieren Sie dann die Frequenz auf 1 oder 2 Mal pro Woche.

Strahlendes Zahnweiß

Wenn Sie Ihr Lächeln und Ihren Tag erstrahlen lassen möchten, versuchen Sie, Ihre Zahnpasta zu einem Extra-Boost zu verbessern. Natron nutzt seine antibakterielle Wirkung gegen Mundgeruch. Die abrasive Textur des Pulvers entfernt gelbe Flecken oder Plaque von Ihren Zähnen und poliert, säubert und desodoriert, indem die von den Bakterien produzierten Säuren neutralisiert werden.

Sie können eine hausgemachte Zahnpasta mit 4 Esslöffel Kurkumawurzelpulver, 3 Esslöffel natives Kokosöl und 2 Teelöffel Natron vorbereiten. Putzen Sie Ihre Zähne einmal täglich mit dieser Zahnpasta für ein paar Tage.

Alternativ können Sie eine Paste aus Natron und einer 3% igen Wasserstoffperoxidlösung herstellen.

Den Mund erfrischen

Ein Teelöffel Natron in einem halben Glas Wasser reicht aus, um Ihren schlechten Morgenatem aufzulösen. Nur gurgeln, spucken und spülen.

Und während wir dabei sind, versuchen Sie die gleiche Lösung zu kochen, um Ihre Zahnbürste nebst Becher, Prothesen und Zahnbelagentferner einzuweichen. Das Natron entfernt Speisereste und neutralisiert unangenehme Gerüche, um Halterungen und Gefäße, Mundstücke und Prothesen frisch und sauber zu halten.

Entlasten Sie Sonnenbrand und durch die Sonne verursachte Blasen

"Besser spät als nie" Wenn Sie vergessen haben, Sonnencreme aufzutragen, bevor Sie sich unter die glühenden Sonne am Strand legen, sollten Sie sobald als möglich Ihre Haut mit Natron behandeln.

Aufgrund seiner alkalischen Natur hat das Pulver eine beruhigende Wirkung und seine milden antiseptischen Eigenschaften helfen, den Sonnenbrand schneller abheilen zu lassen.

1. Mischen Sie 2 Esslöffel Natron in einer Tasse kaltem Wasser. Tränken Sie ein Tuch und tragen Sie es auf die Haut auf. Lassen Sie es nicht länger als 10 Minuten auf den verbrannten Hautpartien liegen.

2. Alternativ bereiten Sie sich ein Bad vor und fügen 1/2 Tasse Natron hinzu. Legen Sie sich entspannt in die Badewanne und lassen die Natronlösung 15 Minuten einwirken. Danach spüle Sie Ihren Körper gründlich ab. Wiederholen Sie die kühlende, angenehme Erfahrung für ein paar Tage, bis die verbrannte Haut abgeheilt ist.

Körpergeruch entfernen und gesundes Haar fördern

Wenn Sie parabenfrei und aluminiumfrei sein möchten, ersetzen Sie Ihre üblichen Deodorants und Antitranspirantien durch eine Prise antibakteriellen Natron und Wasser. Geben Sie ein paar Tropfen ätherisches Öl hinein und Sie können diese Mischung für Ihre Achselhöhlen oder weitere verschwitzte Körperregionen verwenden.

Alternativ kombinieren Sie Natron mit Maisstärke und lösen es in etwas Wasser.

Fettiges, riechendes Haar kann Ihnen das Leben schwer machen. Es ist ein Problem, unter dem in der Hauptsache Menschen mit fettigen Haaren leiden, da diese Art von Haaren Schadstoffe leichter anziehen.

Um diese haarige Situation zu entwirren, streuen Sie etwas Natron in Ihr Shampoo und spülen Sie die Haare nach dem Waschen gründlich aus.

Darüber hinaus werden die alkalischen Wirkungen des Pulvers den pH-Wert der Kopfhaut ausgleichen, um sie sauber, glänzend und gesund aussehen zu lassen.

Zarte Hände

Wer sagt, dass Augen der Spiegel der Seele sind? Aus unserer Sicht sind Hände die erste Visitenkarte. Hier treten die ersten Anzeichen von Alter und Mangel an Körperpflege auf.

Mischen Sie einfach etwas Natron mit warmem Wasser. Reiben Sie die Paste auf Ihren Händen und zwischen Ihren Fingern. Betrachten Sie es als Handschuhe der Natur. Dieses natürliche Peeling macht Ihre Hände sauber und weich.

GESUNDHEIT

Natron ist ein Neutralisator

Eine der größten Stärken von Natron ist der Neutralisator, der das Säure-Basen-Gleichgewicht im Körper aufrechterhält. Der pH-Wert drückt den Säuregrad oder die Alkalinität im Körper herauf oder herunter, wobei 7 der neutrale Wert ist. Wenn die Werte in beide Richtungen zu weit gehen (niedrigere Zahlen bedeuten höhere Säure und höhere Zahlen bedeuten höhere Alkalität), leidet die menschliche Gesundheit.

Natron kann dazu beitragen, die Zahl in der neutralen Zone, die beim Menschen leicht alkalisch ist, etwa 7,35 bis 7,45 zu halten. Auch wenn Ihre Nahrungsauswahl keinen dramatischen Einfluss auf die Veränderung des pH-Wertes Ihres Blutes hat, sind alkalische Lebensmittel (fast alle Früchte und Gemüse) besser für Ihre allgemeine Gesundheit als saure Nahrungsmittel (z. B. Fleisch, Milchprodukte, verarbeitete Lebensmittel).

Wenn Sie stark säurehaltige Lebensmittel (z. B. Fleisch, Milchprodukte, Schokolade, die meisten Getreideprodukte) zu sich nehmen und diese nicht mit alkalischeren Produkten in Einklang bringen, kann Ihnen die Einnahme von Natron möglicherweise helfen! Experten haben auch Hinweise darauf gefunden, dass eine alkalischere Ernährung Nierensteinen vorbeugt, die Gehirn- und Herzfunktion verbessert, die Muskel- und Knochenstärke unterstützt, das Risiko für Typ-2-Diabetes und Darmkrebs senkt und Rückenschmerzen reduziert.

Übermäßige saure pH-Wert führt zu zellulären Verschlechterung, die schließlich zu schwerwiegenden gesundheitlichen Problemen wie Krebs, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes, Osteoporose und Sodbrennen führen können. Die Tatsache, dass das biologische Leben in einer nicht sauren (alkalischen) Umgebung am besten funktioniert, spricht für die Nützlichkeit von Natron.

Die heilenden Kräfte von Natron

Natron ist eines der vielseitigsten Dinge in unserer Küche, aber wir vernachlässigen oft seine Heilkräfte. Wenn das Absorbieren von Gerüchen in Ihrem Kühlschrank und das Aufhellen Ihrer Zähne (und natürlich das Backen) nur die einzigen Anwendungen sind, die Sie für Natron denken können, dann werden Sie überrascht sein, welche weiteren Anwendungsmöglichkeiten wie Ihnen vorstellen.

Allergie- und chemische Empfindlichkeitslinderung

Die Verwendung von Natron kann allergische Reaktionen stoppen und der Konsum eines Getränks, das Natron enthält, kann die Symptome der chemischen Empfindlichkeit reduzieren. Natron wird auch bei akuter Asthmaerkrankung von Kindern angewendet.

Behandle Hautausschläge und Juckreiz

Ein ganz besonderer Tipp von Omas Wundermittel ist die Verwendung von Natron zur Behandlung von Hautausschlägen und zur Verringerung von Entzündungen, Juckreiz und Schwellungen.

Aufgrund seiner entzündungshemmenden Eigenschaften tut es eine Welt des Guten für Sie und Ihre Haut. Auch bei Insektenstichen stoppt Natron schnell den Juckreiz

Mischen Sie 1 Teil Wasser und 3 Teile Natron. Streichen Sie die Paste auf den Insektenstich und lassen Sie den Natron- Zauber für 2 Minuten wirken und wischen Sie die Paste anschließend mit einem feuchten Tuch und kaltem Wasser ab.

Geschwüre und Magen-Darm-Probleme lindern

1 bis 2 Teelöffel Natron in 250 ml Wasser gerührt ist ein effektiver Weg, um mit Ulkusschmerzen umzugehen.

Befreit von Sodbrennen und Verdauungsstörungen

Natron nutzt seine alkalischen Kräfte, um Magensäure zu neutralisieren und Sodbrennen oder Verdauungsstörungen vorzubeugen. Es ist eine kostengünstige Lösung für einen irritierten Magen. Geben Sie zwei Teelöffel Natron in zwei Tassen Wasser. Vergessen Sie nicht, zuerst etwas zu essen. Eine Stunde nach dem Essen trinken Sie die Mischung, um etwas Erleichterung zu bekommen.

Nierenfunktion verbessern

Hierbei sind die alkalischen Eigenschaften von Natron gefragt. Als natürlicher Säurepuffer kann Natron bei der Entfernung von Säure aus dem Körper die Funktion der Nieren unterstützen. Entlasten Sie Ihre Nieren, indem Sie eine Dosis von 600 - 1800 mg Natron pro Tag einnehmen.

Parasiten aus Ihrem Verdauungstrakt entfernen

Parasiten könnten sich durch den Verdauungstrakt hindurchschlängeln und für Unwohlsein sorgen. Eine der ansprechenden Anwendungen von Natron ist seine Fähigkeit, solche Bedrohungen zu entfernen. Bevor Sie zu Bett gehen, fügen Sie einen Viertel Teelöffel Pulver zu etwas warmem Wasser hinzu und trinken Sie. Wiederholen Sie diesen Trunk an den kommenden 3 Tagen, um die Parasiten aus dem Körper zu entfernen.

Sonnenbrand-Erleichterung

Wenn Sie zu lange in der Sonne bleiben, ½ Tasse Natron in lauwarmes Wasser in einer Badewanne geben und einweichen. Nicht nach dem Verlassen der Badewanne trocken tupfen; lassen Sie Ihren Körper an der Luft trocknen.

Juckreiz

Sie können entweder trockene Natron oder eine Paste mit Wasser auf Insektenstiche, juckende Hautausschläge reiben, um den Juckreiz zu reduzieren.