

## Hautpflege von innen

Wir haben bereits darüber gesprochen, und Sie haben vielleicht auch schon von Hautpflegebehandlungen wie chemischen Peelings, Lifting, Dermabrasion, Laserbehandlung und all den Wundern der wissenschaftlichen Hautforschung gehört, die ein jüngeres, hübscheres Aussehen und selbstsichereres Auftreten für viele Menschen immer mehr zur Wirklichkeit werden lassen.



Doch was wäre, wenn man Ihnen sagte, dass es abgesehen von diesen Methoden auch noch einen anderen Weg gibt, um Ihre Haut gesünder und jünger wirken zu lassen? Eine Methode, die nichts mit Skalpellen, Absaugungen, lokal aufgetragenen Lösungen und dergleichen zu tun hat? Wäre das nicht großartig? Doch leider, sagen Sie jetzt vielleicht, gibt es das heute noch nicht - vielleicht irgendwann einmal in ferner Zukunft.

Was aber, wenn man Ihnen sagte, dass es sogar heute schon möglich ist? Würden Sie dann ausflippen?

Das Wunder, über das wir hier reden, ist das Wunder, das immer schon da war – Ihr Körper. Ihr Körper verfügt über die Fähigkeit der Selbstregulierung und kann verschiedene Organe wie z.B. die Haut mit Nährstoffen versorgen und ihr ganz generell ein gesundes Aussehen verleihen.

Der Körper hat außerdem die Fähigkeit, das Aussehen der Haut zu verbessern. Er kann die Haut geschmeidiger, strahlender, gesünder und jugendlicher wirken lassen.



Die Körperpflege von innen ist grob unterschätzt worden. Auf diese Weise für seine Haut zu sorgen, wird ein natürlicheres Strahlen der Haut hervorbringen. Diese Methode der Hautpflege kombiniert mit anderen Hautbehandlungsmethoden stellt die optimale Hautpflege dar.

Wenn das der Fall ist, warum wirkt es dann nicht bei jedem gleich? fragen Sie vielleicht. Eine Reihe von Faktoren kann die Fähigkeit des Körpers, dies zu tun, beeinträchtigen – schlechte Ernährung, Rauchen, Stress, Schlafmangel und andere Faktoren machen die Haut zu jenem alten, schuppigen Ding, das viele Menschen im Spiegel sehen.



Doch halt – es gibt Hoffnung! Mit richtiger Ernährung sowie der richtigen Pflege und Instandhaltung können Sie Ihrem Körper helfen, Gesundheit und Aussehen Ihrer Haut zu verbessern.

Stellen Sie sich das folgendermaßen vor: Angenommen, Sie hätten eine Grünpflanze, und Sie würden sie eine Weile nicht gießen, ihr kein Düngemittel geben und sie in schlechten Boden pflanzen - würden die Blätter dann nicht welken und eintrocknen? Dasselbe gilt für die Gesundheit des Menschen im Allgemeinen und die Haut im Besonderen.

Das Aufregende daran ist, dass es immer offensichtlicher wird, dass nicht nur die Dinge, die Sie auf Ihre Haut auftragen, diese verbessern, sondern auch die Dinge, die Sie Ihrem Körper zuführen. Studien zeigen, dass Vitamine, Mineralien, Wasser, Sport und Erholung alle eine wichtige Rolle bei der Verbesserung der Haut spielen.

Experten sagen, dass die Haut den Maßstab für die Gesundheit des Körpers darstellt. Gesunde Haut ist auch ein Anzeichen für gute Gesundheit - wenn Sie also gut für Ihren Körper sorgen, verleiht Ihnen das nicht nur tolle Haut, sondern gute Gesundheit allgemein.



Um die Gesundheit der Haut zu verbessern, sollten Sie folgende Faktoren beachten: >>>> [weiter im Ebook .....](#)