

# Elixír z pravěku pomáhá tělu

**Před 180 miliony let byly Alpy mořským dnem. Z mikroorganismů, které v tehdejší oceánu žily, vznikla látka téměř zázračná: kamenný olej.**

**N**ejdřív koupel, potom masáž. Tak by mělo vypadat ošetření kamenným olejem, které u nás jako novinku dělá paní Dáša Jindrová v pražském Centru krásy Bomton. Už napouštění vany vypadá jako rituál: Dáša Jindrová každou chvíli měří teplotu vody přímo vytékající z kohoutku. Ta má mít 38 stupňů Celsia. Do vody pak odměruje přesnou dávku tmavé tekutiny, která voní trochu jako petrolej, ale ne nepříjemně. Je to kamenný olej upravený pro použití při koupelích.

## **Břidlice v kamínkách začala jasně hořet**

Kúry s použitím kamenného oleje znají v tyrolských Alpách u jezera Achensee už přes sto let. Objevil ho vlastně náhodně vášnivý sběratel nerostů Martin Albrecht.

Když ho v roce 1902 jednou v horách zastihla bouře a uchýlil se do horské chaty, přiložil do kamínků spolu se dřevem náhodně pár kousků tmavé břidlice. A ta najednou vzplála jasným plamenem! Albrecht rychle pochopil, jaké bohatství je v olejových břidlicích skrývá, a založil zprvu malý podnik, kde olej z břidlice získával. V roce 1908 objevil velký zdroj olejnatých břidlic v údolí Bächental, a výroba kamenného oleje se mohla naplno rozjet.

Kamenný olej tvoří ve vaně tmavé obrazce, ale záhy se voda napění. Když se do ní ponoříš, zprvu si připadáš jako v normální koupeli. Po chvíli ale pocítíš teplo. Za chvíli jsem dokonale prohřátá. Koupel s kamenným olejem je výborná na klou-

by, ale také na kůži. Neměli by ji ale podstupovat lidé, kteří nesnášejí nebo nesmějí využívat horké lázně.

## **Žádné stopy po oleji se na vaně nevytvří**

Po dvaceti minutách se přesouvám z vany na masážní stůl. Voda z vany pomalu mizí – mimochodem, netvoří se v ní žádný olejnatý „okraj“. „Úplně normálně ji pak umeju,“ říká Dáša Jindrová, zatímco si připravuje masážní olej. masáž je především uvolňující, a to jak pro svaly, tak pro nervová



Kamenný olej na první pohled připomíná ropu



Voda s kamenným olejem pění, i když v přípravku nejsou mýdlové složky



Při masáži nemá nic bolet. Jde o relaxaci, ale neméně důležité je dostat olej na všechna místa na těle.



zakončení. Můžete si nechat namasírovat jen krk a záda, nebo „celého člověka“.

Oleje v břidlicích vznikly z pravěkých organismů, jednak drobných mořských živočichů a jednak pozůstatků pradávných zvířat a rostlin, které se před 180 miliony let usazovaly na dně dávného moře zvaného Thetys. Ohromné zemské síly pak vytlačily část bývalého mořského dna do velkých výšek – vznikly Alpy. V některých místech pak zůstaly ve struktuře kamenů zachovány organické látky, z nichž v současné době získáváme léčivý olej.

V přípravcích z kamenného oleje je spousta minerálů, především vázané síry, které působí léčivě při problé-

mech s pokožkou i při potížích s klouby. Přitom se olej výborně vstřebává, protože je lepší se po masáži nespřichovat, aby se užitečné látky z oleje měly čas do pokožky opravdu pořádně vstřebat, používá Dáša Jindrová po masáži ještě tonikum s kamenným olejem, které zbaví tělo mastnoty, ale zachová (a ještě dodá) minerály.

## **Odpočinek po masáži je přímo nezbytný**

Koupel a masáž si samozřejmě může každý dopřát zvlášť, v obou případech ale platí, že po proceduře je dobré aspoň 15 minut odpočívat. Já sama jsem do ulic po masáži vyrazila jako znovuzrozená. Díky minerálům z pravěkého moře..

## ZAJÍMAVOSTI K TÉMATU

Redaktorka »Rytmu života« **Ludmila Anežka Kašparová** objevila účinky kamenného oleje, který možná voní trochu motoristicky, ale **skvěle prohřeje klouby** a kůži je po jeho použití vláčná, hebká, oživená.



- \* Bomton Centrum krásy, Václavské nám 43 (pasáž Jalta), Praha 1. \* Tel.: 224 231 689, 775 791 063, e-mail: [jalta@bomton.cz](mailto:jalta@bomton.cz)
- \* Přípravky z alpského kamenného oleje uznává přírodní i klasická medicína. Vyrábějí se ekologickým způsobem z přírodních materiálů, jsou **klinicky testované** a neobsahují konzervační přísady.
- \* Masáž má nejintenzivnější účinky po koupeli.
- \* Více na [www.bomton.cz](http://www.bomton.cz), [www.kamenny-olej.cz](http://www.kamenny-olej.cz).



**Pigmentové skvrny hydící naši plet mají nejružnější příčiny, nejen sluneční záření.**

**N**ejčastějším projevem hyperpigmentace jsou pihy, drobné skvrnky, které mívají rusovlásky a světlolové ženy. „Tmavé skvrny vznikají často také v místech, kde proběhlo zánětlivé onemocnění kůže, například vyrážka nebo akné a kůže do poškozeného místa vyšle více barviva“ vysvětluje kosmetička Marie Lánová z Ústí nad La-



Vhodně zvolený krém chrání před vznikem dalších pigmentových skvrn

# Chraňme si svoji plet'

bem. „Totéž nastává v místech poranění pokožky a u živek po chirurgických zákrocích. V těchto případech je nutné se pečlivě chránit před slunečním zářením, dokud se kůže nezahojí.“ Mnoho žen trápí ostře ohraničené, světle nebo tmavě hnědé skvrny, které se objevují převážně v obličejí. Známé jsou pod názvy chloasma a melasma.

## Příčinou mohou být i hormony

„Melasma ohrožuje zvláště brunetky a ženy s tmavší pletí. Vyskytuje se pouze na těch částech těla, které

jsou běžně vystavovány slunci - tedy hlavně na obličejí. V létě se jsou znatelnější, na podzim a v zimě dochází ke zlepšení,“ říká Marie Lánová. Dále vysvětluje, že chloasma je »hormonální« hyperpigmentace: „Často se objevuje v těhotenství a mizí po porodu, ale vzniká také následkem užívání hormonů (včetně antikoncepce) nebo při poruchách štítné žlázy.“ Pigmentové skvrny se rovněž zhoršují, pokud navštívíme příliš často solárium. Přestože pihy už nejsou dávno považovány za vadu na kráse, ostatně někdy dokáží být i skvě-

le »sexy«, neměli bychom podceňovat prevenci jejich vzniku. I v chladnějších měsících tedy používáme krémy s UV filtrem, zbytečně se nevystavujeme slunci.

## Prevence se u pleti rozhodně vyplatí

Jestliže trpíte na akné, neporaňujte si plet při vymačkávání uhrů a volte raději odbornou léčbu. Čtete příbalové letáky u léků, které užíváte, zda neobsahují látky zvyšující citlivost na světlo. Nedoporučuje se ani používat parfémy na místech, která jsou vystavena slunci či soláriu. ■

## Tip pro vás

\* Vhodnou prevencí hyperpigmentace je betakaroten stejně jako řada přípravků posilujících správnou funkci jater. Na korekci pigmentových skvrn můžete také použít korekční make-up v kombi-

naci s fotoprotektivními krémy K eliminaci pigmentových skvrn a ochraně pleti před vytvářením nových výrazně přispívá rovněž fytiobiologické sérum na pigmentové skvrny Pigmentoceutical. ■



# První pomoc

při akutních problémech s močovými cestami



- Vysoce účinná péče o močové cesty
- Nejsilnější koncentrace brusinek
- Stačí pouze 2 tablety denně

**Urinal Akut**  
Přírodní síla brusinek ve své nejsilnější formě!

PRVNÍ POMOC  
**Urinal Akut**  
PŘI AKUTNÍCH PROBLÉMECH



DOPLNĚK STRAVY

Žádejte ve své lékárně.

Více informací na bezplatné infolince 800 141 141 nebo na [www.walmark.cz](http://www.walmark.cz)

**WALMARK®**