

Liebe Lavylites-Freunde,

endlich ist der Himmel über Hamburg wieder mal blau und die Sonne scheint mit sommerlicher Intensität. Da werden wir gleich durch die Medien gewarnt, unsere Haut doch mit hohen Lichtschutzfaktoren vor dem lebensspendenden Sonnenlicht zu schützen. Dazu möchte ich einige interessante Denkanstöße geben.



Vorsicht vor Sonnenschutzmitteln

Ohne die Lichtenergie der Sonne wäre Leben nicht möglich. Das Wort „gesund“ stammt sogar von „gesonnt“ ab und bedeutet im ursprünglichen Sinne „von der Sonne erleuchtet“.

Wie freut sich der Mensch nach einem langen, trüben, dunklen Winter über die ersten warmen Lichtstrahlen des Frühlings! Die Natur blüht auf. Und diese lebensspendende Lichtenergie brauchen auch unsere Zellen. Für den Stoffwechsel und Nährstoffaustausch brauchen wir Licht. Ohne Sonnenlichtenergie wird der Mensch krank.

Woraus besteht Sonnenlicht?

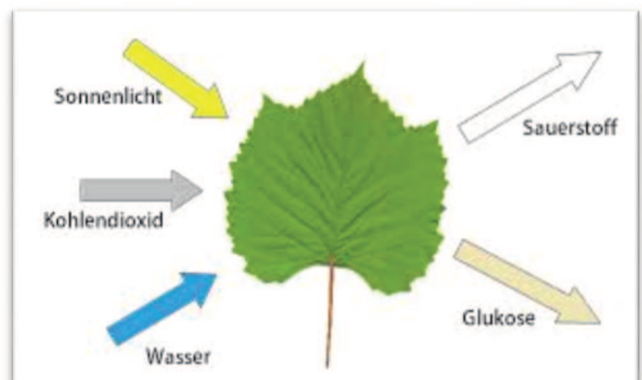
Sonnenlicht, das auf die Erde trifft, besteht aus sichtbarem Licht, ultravioletten Strahlen und Infrarotstrahlen. Ungefähr 37 Prozent der Energie entfallen auf sichtbares Licht, 3 Prozent auf ultraviolettes Licht, und etwa 60 Prozent sind Infrarotstrahlen.

Zwei Wellenlängen können allerdings der Haut schaden: Die Frequenzen 320 nm UV-A und der UV-B-Anteil zwischen 290 und 320 nm. Beide Strahlungen bräunen die Haut. UV-B-Strahlen wurden bisher als gefährlich eingestuft, während UV-A-Strahlen als harmlos galten. Deshalb filtern Sonnenschutzmittel UV-B-Strahlen meist deutlich wirkungsvoller heraus. Heute weiß die Forschung, dass der UV-A-Anteil viel tiefer in die Hautschichten eindringt und Hautschäden verursachen kann.

Die Photosynthese-Formel

Die Photosynthese-Formel ist der entwicklungsantriebsstärkste Prozess der Erde. „Photo“ steht für Licht und „Synthese“ für Zusammensetzung. Frei übersetzt bedeutet der Begriff „Lichtzusammensetzung“ und beschreibt, wie die Pflanze mit Lichtenergie Stoffe bildet. In einem biochemischen Vorgang wandelt die Pflanze unter dem Einfluss von Sonnenlicht und mit Hilfe von lichtabsorbierendem Farbstoff (Chlorophyll = Blattgrün) Lichtenergie in chemische Energie um.

In Symbiose zwischen Mensch, Tier und Pflanze erhalten wir lebenswichtigen Sauerstoff, während die Pflanze von uns zeitgleich Kohlendioxid erhält. Aus diesem Kohlendioxid bilden die Pflanzen, zusammen mit Wasser und Salzen, Glukose. Von diesem energiereichen Einfachzucker ernährt sich die Pflanze. Aus Kohlendioxid, dem angeblich klimaschädlichen Gas, entsteht mit Wasser und Licht Zucker und Sauerstoff. Da die gebildeten organischen Substanzen zu Bestandteilen des



Lebewesens werden, bezeichnet man deren Synthese als Assimilation. Die Photosynthese-Formel treibt durch die Bildung organischer Stoffe durch Sonnenenergie direkt und indirekt alle bestehenden Ökosysteme an. Ohne sie wären keine höher entwickelten Lebensformen möglich gewesen.

Was hat nun aber die Photosynthese bzw. Assimilation mit Sonnenschutzmitteln zu tun? Was macht die Sonne heute so gefährlich? Tun wir der Sonne als Quelle von Licht und Leben vielleicht Unrecht? Müssen wir uns vor ihren Strahlen gar schützen?

Unsere Haut ist vergleichbar mit dem Blattgrün der Pflanzen. Wenn wir ein Blatt unter dem Mikroskop betrachten, sehen wir kleine Poren. Durch diese kleinen Öffnungen findet der beschriebene Luftaustausch statt. „Versiegeln“ wir unsere Hautporen und unsere gesamte Hautfläche jedoch mit hohen „Schutzfaktoren“ oder gar Lichtschutzblockern, schirmen wir unser Zellsystem vor Lichtquanten, Photonen und Lichtenergie ab. Wir können keine Biophotonen mehr bilden!

Vitamin-D-Mangel durch Sun-Blocker

Das lebenswichtige Vitamin D wird erst durch einen Verwandlungsprozess zum Vitamin. Wenn Sonnenlicht über die Haut eindringt, verändert sich ein Prohormon, die Vorstufe eines Hormons, genannt 7-Dehydrocholesterin, in das Provitamin D3. Nach einigen Tagen wiederum durchläuft die Vorstufe in der Haut weitere Veränderungen und wird zum Vitamin D3. Unser Knochenaufbau ist von der Vitamin-D-Bildung abhängig. Und noch viele andere lebenswichtige Prozesse... (Hierauf gehe ich genauer in meinem nächsten Rundbrief in einigen Wochen ein.) Wird der ganze Vorgang durch die Verwendung von Sun-Blockern gestoppt, so kommt es zu einem Mangel an Vitamin D.



Melanin als natürlicher Schutzfaktor

Den natürlichsten Schutzfaktor bildet die Natur im Alleingang. Wird die Haut intensiver Sonnenstrahlung ausgesetzt, produziert sie eigenständig die Basis für die allgemein geschätzte Bräune, den Farbstoff Melanin. Über dieses natürliche Sonnenschutzmittel Melanin reguliert der Körper, wie viel ultraviolette Strahlung in die tieferen Hautschichten eindringt. Je stärker man bräunt, umso mehr Melanin bildet sich und umso größer ist der natürliche Schutzfaktor.

Sonnenschutzmittel schützen nicht vor Hautkrebs

Sonnenschutzmittel suggerieren eine Sicherheit, die nicht vorhanden ist. Bräunungsbeschleuniger und krebserregende Farbstoffe können in Verbindung mit UV-A-Strahlen die Haut schädigen und die Immunabwehr der Zellen schwächen. Chemische Filter wie Octylmethoxycinnamat beeinflussen laut Forschungsergebnissen der Universität Zürich den Hormonhaushalt und fördern Krebszellwachstum. Es mag paradox klingen, aber es gibt Studien, die belegen, dass Sonnenschutzmittel die Hautkrebsrate haben steigen lassen!

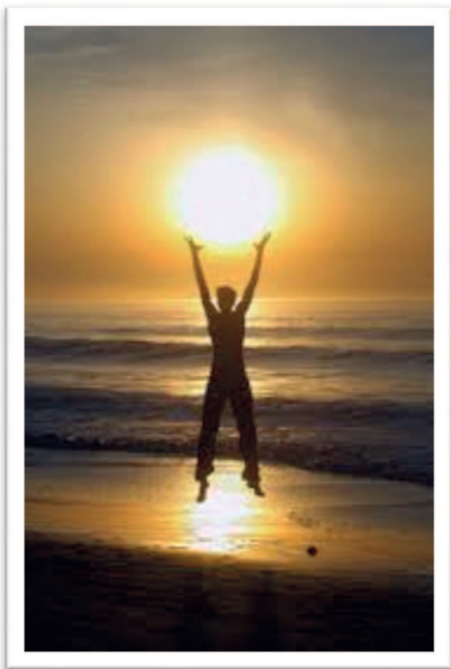
Je länger die Sonnenmilch auf der Haut verbleibt und in die Haut eindringen kann, desto stärker steigert sich dieser negative Effekt. Schon nach einer Stunde am Strand mit Sonnenmilch, die die genannten Chemikalien enthält, sind die Schäden für die Haut größer als wenn die Haut ungeschützt den Sonnenstrahlen ausgesetzt wäre. Ahnungslose Menschen, die dem Schutz der Sonnenmilch und den angegebenen Lichtschutz-Faktoren vertrauen, verlieren also gleich an zwei Fronten: Sie verlieren den

Gesundheitsschutz des “Sonnenschein-Vitamins” und geraten gleichzeitig unbemerkt über die Grenze zwischen der “guten” vitalisierenden und gesunden Sonne und der DNA-schädigenden “bösen” Sonne.

Wie kommt das? Bei chemischen Lichtschutzfaktoren entsteht eine aktive Reaktion, um bestimmte Strahlen zu absorbieren. Durch Sonnenschutzmittel weicht das natürliche Aufnahmeverhältnis der Haut zwischen UV-B und UV-A von der Spektralverteilung des Sonnenlichtes stark ab. Jemand, der sich mit einem Mittel eincremt, das vorwiegend vor UV-B schützt, setzt sich folglich einer höheren Dosis UV-A aus. Damit soll das Risiko für Erkrankungen steigen. Diese Hypothese wird wissenschaftlich damit begründet, dass das schützende Vitamin D, das beim ungeschützten Aufenthalt in der Sonne gebildet würde, durch Lichtschutzfaktoren verhindert wird.

Im American Journal of Public Health stellten die Brüder Frank C. und Cedric F. Garland (Pioniere der Vitamin-D-Forschung) folgende Beobachtung vor: *„Weltweit nahm in Ländern, in denen chemische Sonnenschutzmittel empfohlen und benutzt wurden, die Zahl der malignen Melanome am stärksten zu. In den USA, in Kanada und in den skandinavischen Ländern sind die Fälle von Melanomen in den letzten Jahren am Stärksten nach der Einführung von Sonnenschutzmitteln gestiegen. Besonders in Australien, wo Sonnenschutzmittel stark propagiert wurden, stieg die Zahl ungewöhnlich an.“*

Leichte bis mittlere Lichtschutzfaktoren werden oft automatisch in jede konventionelle Tagespflegecreme integriert. Die Marktanbieter argumentieren mit einem „Zusatznutzen“ ihres Produktes für den Verbraucher. Lichtabschirmung der Zellen gibt es inklusive, und sie wird dermaßen positiv vermarktet, dass der Verstand ausgeblendet erscheint. Lichtschutzfaktoren in einer ganz normalen Gesichtspflege sind eine Dummheit, weil in unseren Breitengraden nicht das Licht zur Hautalterung beiträgt, sondern die vielen problematischen Inhaltsstoffe in der Kosmetik (Chemikalien und Nanopartikel, die tief in die Haut einziehen...), sowie unsere ungesunde säurebildende Lebensweise.



Sonnenbrand oder eher Säurebrand?

Unsere Haut hat eine Ausscheidungsfunktion, und gleichzeitig nimmt sie Lichtenergie auf. Konventionelle Kosmetik mit saurem pH-Wert, abdichtenden Silikonen und Erdölderivaten, mit Duft- und Konservierungsstoffen in Kombination mit abschirmenden chemischen Lichtschutzfaktoren trägt maßgeblich zur Übersäuerung der Bindegewebsflüssigkeit bei. Je übersäuerter ein Organismus ist, umso mehr sammeln sich Säuren auf der Hautoberfläche. Treffen Sonnenstrahlen auf ausgeschiedene Säuren, werden diese mit zunehmender Wärme aggressiver. Diese Kombination ergibt den gefürchteten Sonnenbrand, der eigentlich als Säurebrand bezeichnet werden müsste! Auch die bekannte Sonnen- oder Mallorca-Akne hat ihre Ursache in der Kombination Licht, Sonnenwärme, Säurekonzentration auf der Haut und Kosmetik. Die Sonne ist nicht Auslöser von Sonnenallergien. Ganz im Gegenteil, denn Sonnenlicht stärkt und aktiviert unsere Abwehrkräfte.

Was können wir also tun?

Die Lösung dieses Dilemmas ist einfach: Mäßiger Genuss der Sonnenstrahlen – gerade auch in der Mittagszeit – weit unterhalb der Sonnenbrandschwelle. Gehen wir vernünftig mit Sonne um! Unsere Vorfahren mieden nach Möglichkeit die intensiven Strahlen der Mittagshitze und machten „Siesta“ im

kühlen Haus. Zusätzlich wurden Sonnenhüte getragen und Sonnenschirme genutzt oder man hielt sich im Schatten eines Baumes auf.

Meiden wir chemische Lichtschutzfaktoren in konventionellen Cremes. Kümmern wir uns darum, dass wir unseren Körper keiner Säureflut aussetzen. (Auch hierzu schreibe ich demnächst einen Rundbrief.) Gehen wir also verantwortungsvoll mit unserem Körper um. Lassen wir genug Licht an ihn heran, wie nötig. Und hören wir auf unseren Körper, wenn er genug Sonne hat! Wie bei vielen Dingen im Leben gilt auch hier: Die Dosis macht das Gift. Achten wir also auf eine gesunde Balance zwischen „lebensnotwendig, ausreichend und zu viel“. Gesunde Haut, sanfte Bräune und Schutz vor vielen chronischen Krankheiten sind Belohnung solch vernünftigen Verhaltens.



Darüber hinaus stehen uns die außergewöhnlichen Produkte von Lavylites zur Verfügung. Durch die Basis-Sprays der Lavyl-Reihe kommt unser Körper in eine Selbstregulation. In Verbindung mit dem genialen Haevyl 3.i werden wir intuitiv und hören wieder auf unseren „inneren Heiler“. Wenn dann doch mal etwas zu viel Sonne auf unsere Haut gekommen ist, ist die Lavyl Bodylotion die Pflege der ersten Wahl.

Zusätzlich haben wir das Exyol SC, das ursprünglich ja für die Regeneration von verbrannter Haut entwickelt wurde. Mit Lavylites sind wir rund um gut aufgestellt, denn alle Produkte sind basisch eingestellt und enthalten außer den Frequenzen der Meistermischung nur reines Quellwasser und natürliche Inhaltsstoffe. Ich kann mir übrigens gut vorstellen, dass Tibor schon längst ein Rezept für einen biologischen Sonnenschutz in der Schublade liegen hat, der unsere Haut auf natürliche Weise vor schädlichen Strahlungen schützt und trotzdem die lebensnotwendigen Biophotonen durchlässt... Lassen wir uns überraschen, was noch alles von Lavylites für uns bereitsteht.



Mit herzlichen Grüßen

Ihre und eure Kerstin Carbow

PS: Ich schreibe meine Lavylites-Rundbriefe in erster Linie als Service für meine eigenen Kunden und Partner und deren Teams. Mittlerweile erfahren meine Briefe eine breite Streuung quer durch Europa und werden auch von vielen Menschen gelesen, die nicht direkt in mein eigenes Team gehören. Bitte geht daher respektvoll mit meinen Briefen um. Wer sie mit anderen teilen möchte, lässt bitte meinen Namen darunter. Darüber hinaus freue ich mich natürlich, wenn meine viele Mühe mit einem freiwilligen Energieausgleich über das eWallet beglichen wird. Wie wäre es mit einem symbolischen Bonuspunkt von jedem begeisterten Sideline-Leser?

Meine ID: 186976 | Benutzername: Lavendelglueck | Stichwort: Rundbrief.

Herzlichen Dank.

© Kerstin Carbow | unabhängige Lavylites-Beraterin, ID 186976

lavyl@KerstinCarbow.de | www.lavendelglueck.lavylites.com

Hinweis: Bei den aufgeführten Produkten handelt es sich keineswegs um Heilprodukte. Sie sollen und können auch keinen Anspruch auf Heilung vermitteln. Bei ernsthaften gesundheitlichen Problemen gehört die Therapie in professionelle Hände von Ärzten, Heilpraktikern, Physiotherapeuten u.a.