

- 1 Klares Wasser allein genügt nicht.
- 2 Ohne Pflege geht es nicht.
- 3 Feuchtigkeit ist ein absolutes Muss!

» *Nicht jede Haut ist gleich.* «

Unterschiedliche Hauttypen und ihre Pflege

Viele schätzen ihren Hauttyp falsch ein und benutzen deshalb ungeeignete Cremes. Die Folge ist oft irritierte Haut.

Die Haut ist das größte Organ unseres Körpers, mit fast zwei Quadratmetern Fläche und ca. 15% des Körpergewichts. Die inneren Organe werden durch sie vor Verletzungen und gegen das Eindringen von Keimen geschützt. Außerdem reguliert die Haut die Körpertemperatur.

Täglich bilden sich neue Zellen in der Haut, die dann alle 28 Tage an der Oberfläche abfallen oder abgerieben werden. Wird die Hautoberfläche zu trocken, geht die Bindungsfähigkeit des Zellkitts verloren. Die Haut wird rau und rissig.

Wird die Haut zu intensiv gereinigt, wird der pH-Wert empfindlich gestört. Die Haut verliert ihr Gleichgewicht, wirkt fleckig und hochsensibel. Kleine eitrige Pickelchen zeigen sich ohne erkennbaren Grund.



Wie reinigt man richtig?



Die Haut sollte am Morgen gründlich gereinigt werden, da der Mensch pro Nacht ca. 500ml Wasser ausscheidet. Die Rückstände von Salz, Talg und Schweiß, die beim nächtlichen Ausscheiden auf der Haut zurückbleiben, müssen daher gründlich entfernt werden. Erst danach die Tagespflege auftragen.



Am Abend sollte die Haut ebenfalls gründlich gereinigt und für die Nacht vorbereitet werden. Umweltverschmutzung, Talg, Schweiß und Make-up Reste müssen entfernt werden. Es ist ratsam, zweimal pro Woche ein Peeling zu machen, da es die Haut aufnahmefähiger für die nachfolgenden Pflegeprodukte macht.

Trockene Haut

- tritt anlagebedingt oder mit zunehmendem Alter auf
- Feuchtigkeitsentzug der Haut, da die Feuchtigkeit auf der Hautoberfläche verdunstet
- raue Stellen die zur Schuppenbildung neigen
- Spannungsgefühl, hauptsächlich nach der Reinigung
- juckt und neigt zu Rötungen
- Mimikfältchen

So wird sie am besten gepflegt:

Regelmäßige Reinigung, Peeling und Pflege mit EMIKO® Care Rose



Tagespflege:

EMIKO® Care Rosenmilch und EMIKO® Care Rosencreme
Zuerst Gesicht, Hals und Dekolleté mit der EMIKO® Care Rosenmilch gut durchfeuchten und anschließend auf die trockenen Stellen die EMIKO® Care Rosencreme auftragen (bevorzugt unter den Augen und auf die Wangen). Wenn nötig mischen Sie die EMIKO® Care Rosenmilch mit der EMIKO® Care Rosencreme und tragen Sie diese Mischung auf Gesicht, Hals und Dekolleté auf.

Bei extrem trockener Haut darf die Haut in der ersten Zeit (über den Tag verteilt) mit EMIKO® Care Gesichtswasser befeuchtet werden. Verlassen Sie sich dabei auf ihr „gutes Gefühl“.



Nachtpflege:

Behandeln Sie die Haut wie am Tag. Wenn nötig mischen Sie die EMIKO® Care Rosenmilch mit der EMIKO® Care Rosencreme und tragen Sie diese Mischung auf Gesicht, Hals und Dekolleté auf.

Mischhaut / Normale Haut

- die Haut in der so genannten T-Zone (Stirn, Nase, Kinn) glänzt da sie fettig ist und neigt zu Unreinheiten wie Pickel und Mitesser
- die Wangen-Region ist meist trocken und leidet unter mangelnder Hautfeuchtigkeit

So wird sie am besten gepflegt:

Regelmäßige Reinigung, Peeling und Pflege mit EMIKO® Care Rose oder Zitrone



Tagespflege:

EMIKO® Care Rosenmilch oder Citrusmilch und EMIKO® Care Rosencreme oder Citruscreme
Zuerst Gesicht, Hals und Dekolleté mit der EMIKO® Care Rosenmilch oder Citrusmilch gut durchfeuchten und anschließend auf die trockenen Stellen die EMIKO® Care Rosencreme oder Citruscreme auftragen (bevorzugt unter den Augen und auf die Wangen).

Bei extrem trockener Haut darf die Haut in der ersten Zeit (über den Tag verteilt) mit EMIKO® Care Gesichtswasser befeuchtet werden. Verlassen Sie sich dabei auf ihr „gutes Gefühl“.



Nachtpflege:

Behandeln Sie die Haut wie am Tag.

Empfindliche Haut

- Juckreiz und „Brennen“ der Haut
- rote Flecken
- Spannungsgefühl und Trockenheitsfältchen
- diese Reaktionen zeigen sich besonders nach der Hautreinigung, bei Temperaturschwankungen, Sonneneinstrahlung und durch Umwelteinflüsse

So wird sie am besten gepflegt:

Regelmäßige Reinigung, Peeling und Pflege mit EMIKO® Care Rose



Tagespflege:

EMIKO® Care Rosenmilch

Zuerst Gesicht, Hals und Dekolleté mit der EMIKO® Care Rosenmilch gut durchfeuchten. Falls die Milch nicht ausreichen sollte, anschließend auf die trockenen Stellen die EMIKO® Care Rosencreme auftragen.

Bei extrem trockener Haut darf die Haut in der ersten Zeit (über den Tag verteilt) mit EMIKO® Care Gesichtswasser befeuchtet oder mit etwas EMIKO® Care Rosenmilch nachgepflegt werden.



Nachtpflege:

Mischen Sie die EMIKO® Care Rosenmilch mit der EMIKO® Care Rosencreme und tragen Sie diese Mischung auf Gesicht, Hals und Dekolleté auf.

Fettige, unreine Haut

- übermäßige Talgproduktion
- fahle Haut durch schlechte Durchblutung
- unregelmäßigen Teint durch große Poren und Fettglanz
- Unreinheiten wie Pusteln und Mitesser
- die in den Talgdrüsen lebenden Propionibakterien rufen mit anderen, auf der Haut liegenden Keimen sehr schnell Entzündungen hervor

So wird sie am besten gepflegt:

Regelmäßige Reinigung, Peeling und Pflege mit EMIKO® Care Citrus (Die Pflege allein ersetzt nicht den Besuch bei der Kosmetikerin. Die Haut sollte regelmäßig ausgereinigt werden)



Tagespflege:

Gesicht, Hals und Dekolleté mit der EMIKO® Care Citrusmilch gut durchfeuchten.

Es gibt auch die sogenannte trockene, unreine Haut. Falls die Milch also nicht ausreichen sollte, bitte die trockenen Stellen mit etwas EMIKO® Care Citruscreme versorgen.



Nachtpflege:

Bei starken Entzündungen EMIKOSAN® auf den gesamten Bereich auftupfen (mit einem WattePad). Anschließend Gesicht, Hals und Dekolleté mit EMIKO® Care Citrusmilch eincremen.

Außerdem: EM-X® Gold BALSAM auf die entzündeten Stellen auftupfen.

Teenager Haut / Akne

- dicke verhornte und glänzende Haut
- eitrige Pickel und Pusteln (hormonell oder genetisch bedingt)
- die Ausbildung von Akne wird durch psychische Probleme und gestörtes Essverhalten begünstigt

So wird sie am besten gepflegt:

Regelmäßige Reinigung, Peeling und Pflege mit EMIKO® Care Citrus (Die Pflege allein ersetzt nicht den Besuch bei der Kosmetikerin. Die Haut sollte regelmäßig ausgereinigt werden)



Tagespflege:

Bei starken Entzündungen mit EM-X® Gold BALSAM die entzündeten Stellen auftupfen. Anschließend Gesicht, Hals und Dekolleté mit EMIKO® Care Citrusmilch eincremen.



Nachtpflege:

Bei starken Entzündungen mit EM-X® Gold BALSAM die entzündeten Stellen auftupfen. Anschließend Gesicht, Hals und Dekolleté mit EMIKO® Care Citrusmilch eincremen.

Reife Haut

- nachlassende Bildung von Collagen und Elastin
- als Folge verliert die Haut an Elastizität und Spannkraft und es bilden sich tiefere Fältchen
- Pigmentflecken
- die Haut speichert weniger Fett und Feuchtigkeit, dadurch entsteht eine immer dünner werdende, trockene und fettarme Haut
- rote, geplatzte Äderchen
- ungleichmäßige Verhornung

So wird sie am besten gepflegt:

Regelmäßige Reinigung, Peeling und Pflege mit EMIKO® Care Rose



Tagespflege:

EMIKO® Care Rosenmilch und EMIKO® Care Rosencreme
Zuerst Gesicht, Hals und Dekolleté mit der EMIKO® Care Rosenmilch gut durchfeuchten. Falls die Rosenmilch nicht ausreichen sollte, anschließend auf die trockenen Stellen die EMIKO® Care Rosencreme auftragen.

Bei extrem trockener Haut darf die Haut in der ersten Zeit (über den Tag verteilt) mit EMIKO® Care Gesichtswasser befeuchtet oder mit etwas EMIKO® Care Rosenmilch nachgepflegt werden.



Nachtpflege:

Mischen Sie die EMIKO® Care Rosenmilch mit EMIKO® Care Rosencreme und EM-X® Gold Balsam und tragen Sie diese Mischung auf Gesicht, Hals und Dekolleté auf. Tipp: Verwenden Sie häufig MASKEN zum Durchfeuchten und Pflegen der Haut. Lassen Sie diese über Nacht auf der Haut.

Gesichts-Peeling

- 2x Dosierer EMIKO® Care Reinigungsmilch Rose oder Citrus betätigen
- ¼ bis ½ Teel. EM-X Meersalz Gold® oder EMIKO® Salz

Das ganze auf der trockenen Haut verteilen und 3 Minuten in kleinen kreisförmigen Bewegungen (nicht rubbeln, nicht zerren) massieren. Fingerspitzen nach und nach leicht anfeuchten.

ACHTUNG: Bei Zugabe von Wasser löst sich das Salz schnell auf. Gegebenenfalls Salz nachnehmen.

Gesichtsmaske bei Hautunreinheiten oder Akne

- 2 Teel. EM-X Gold® BALSAM
- ½ Teel. EM-X Meersalz Gold® oder EMIKO® Salz
- etwas EMIKO® Care Citrusmilch zufügen

Das ganze mit einem festen Masken-Pinsel verrühren und dann großzügig auf die Haut auftragen. Mindestens 1-2mal pro Woche. Bei starken Rötungen in den ersten 14 Tagen möglichst täglich anwenden.

Maske etwa 15 bis 20 Minuten einwirken lassen. Dann mit lauwarmem Wasser abnehmen und wie gewohnt pflegen.

Gesichts-Maske

- 1-2 Teel. EM-X Gold® BALSAM
- ½ Teel. EM-X Meersalz Gold® oder EMIKO® Salz
- 1-3 Teel. EMIKO® Care Rosenmilch oder Citrusmilch

Das ganze mit einem festen Masken-Pinsel verrühren und großzügig auf die Haut auftragen. Bei dieser Gesichtsmaske Augen und Lippen immer mit behandeln. 1-2mal pro Woche anwenden.

Maske etwa 15 bis 20 Minuten einwirken.

Waschen Sie die Maske anschließend mit lauwarmem Wasser ab und tupfen Sie die Gesichtshaut leicht ab, nicht reiben.

Die Wirkung sorgt für eine

- natürliche Regenerierung der Haut
- neutralisiert Hautunreinheiten
- verhindert Faltenbildung
- strafft die Haut

Das Meer-Salz ist durch seine hydratisierende (durchfeuchtende) Wirkung in der Lage, ausgetrocknete Zellen wieder mit Feuchtigkeit zu versorgen.

Gesichtsmaske mit Vlies für jede Haut

- etwa 2 Teel. EM Super Cera C Keramikpulver
- etwas EMIKO® Care Gesichtswasser
- 1 Tasse warmes Wasser mit 1 Teel. EM-X Meersalz Gold® oder EMIKO® Salz

EM Super Cera C Keramikpulver und etwas EMIKO® Care Gesichtswasser mit einem festen Masken-Pinsel zu einem weichen Brei verrühren und großzügig auf die Gesichtshaut auftragen.

Das Gesichtsvlies in der Tasse tränken, leicht ausdrücken und auf das Gesicht auflegen.

Nach ca. 20.Min. das Vlies abnehmen und mit der sauberen Rückseite die Maskenreste entfernen.

Bitte nicht mit Wasser abwaschen oder nachreinigen!

Verbleibende Maskenrückstände mit EMIKO® Care Gesichtswasser und einem Wattepad entfernen.

Danach wie gewohnt pflegen.

» *Rezepturen zum Wohlfühlen.* «

Körperpeeling für eine weiche, durchfeuchtete Haut

Das Körperpeeling mit einer Meer-Salz-Mischung ist ideal zum Entgiften.

Das gleiche Mischungsverhältnis wie beim Gesichts-Peeling aber die mehrfache Menge in einem Becher anrühren und unter der Dusche, auf die trockene Haut auftragen. Anschließend mit Wasser (eventuell Handschuhen) aufemulgieren und abspülen. Danach die Haut nur noch abtupfen und mit der EmikoCare Körperbutter eincremen.

TIPP: Ideal zwischen zwei Saunagängen oder in der Sauna anzuwenden!



Körperpackung zum Entgiften und Entschlacken

Hierbei erzielen Sie Entschlackungswerte, die Sie ansonsten nur durch mehrtägige Heilfasten erreichen können.

Diese Meer-Salz-Mischung können Sie selbst herstellen.

- 50 Gramm EM-X Meersalz Gold® oder EMIKO® Salz
- 45 Gramm Makadamia-Nussöl
- 5 Gramm naturreines Öl

Die Zutaten in eine Schüssel geben und das ganze zu einem sämigen Brei verrühren.

Legen Sie auf die Liegefläche eine Wolldecke. Darauf ein Leinentuch und darauf eine große Folie (oder ein großes Frottiertuch).

Stellen Sie sich auf eine Unterlage und tragen den Brei auf dem gesamten Körper auf.

Legen Sie sich auf die Liege. Wickeln Sie die Folie, dann das Leinentuch und anschließend die Wolldecke fest um ihren Körper.

Ruhen Sie mindestens 45 Minuten in der Meer-Salz-Mischung. Dabei entsteht eine angenehme Wärme.

Nach der Ruhezeit abduschen oder mit lauwarmem Wasser abwaschen.

Die Haut trocken tupfen (nicht rubbeln, nicht reiben).

Danach mit der EMIKO® Care Körperbutter eincremen.

TIPP: Besondere Entgiftung findet über die Fußsohlen statt.

Falls Sie noch mehr erreichen wollen, die Meer-Salz-Mischung bitte zuerst auf die Füße auftragen.

Baumwollsocken (eine Größe größer als gewöhnlich) in 300ml sehr warmem Wasser und einem Teel. EM-X Meersalz Gold® oder EMIKO® Salz tränken, auswringen und anziehen. Danach tragen Sie den Brei auf dem gesamten Körper auf.

WOFÜR?	HAUTTYP	PRODUKT
Reinigung	Alle Hauttypen	Reinigungsmilch Rose
Reinigung	Alle Hauttypen	Reinigungsmilch Citrus
Nachreinigen/Erfrischen	Alle Hauttypen	Gesichtswasser Neutral
Pflege	Misch- / normale / empfindliche Haut	Gesichtsmilch Rose
Pflege	Misch- / normale / fettige / unreine Haut	Gesichtsmilch Citrus
Pflege	Misch- / normale / reife Haut	Gesichtscreme Rose
Pflege	Misch- / normale / reife Haut	Gesichtscreme Citrus
Intensive Pflege	Teenagerhaut / Akne	EM-X Gold Balsam

»Welche Pflege passt zu meinem Hauttyp?«

