

**Osmadvacetiletá Veronika Švagrová z Dobříše objevila přípravky značky P. Jentschura ve svých dvaceti letech, resp. seznámila ji s nimi její starší sestra. Dnes na ně nedá dopustit, protože od té doby neví, co je atopický ekzém.**

# Jak mít zdravou kůži bez ekzému

První výsevy tzv. atopického ekzému, který je v dnešní době u dětí bohužel stále častější, se u ní objevily brzy po narození. V 90. letech minulého století to znamenalo chodit ke kožnímu lékaři, zkoušet různé mastičky, a když je nejhůř, přišly na řadu masti s kortikoidy. „Ekzém se nejvíce objevoval v obličeji a na bříše,“ vzpomíná dnes. Jak je obvyklé, s nástupem puberty se problémy ještě zhoršily, až jí jednoho dne starší sestra poradila, ať vyzkouší přípravky Dr. h. c. Petera Jentschury, resp. ať si kůži pravidelně ošetřuje zásaditými koupelemi připravenými ze soli MeineBase.

Tato unikátní sůl totiž navíc obsahuje i osm druhů rozdrčených minerálů a přidáním jedné čajové lžičky do lavoru s vodou nebo tří polévkových lžic do vany lze snadno vytvořit zásaditý roztok s pH 8,5, podobný plodové vodě, ve které se vyvíjí i lidský plod, a která působí blahodárně na naši pokožku.

„Hned mě to zaujalo, protože aplikace byla velmi snadná,“ vypráví dnes Veronika. „Když se ekzém zhoršil, koupala jsem se v zásadité vaně každý den a za pár dní byla kůže úplně čistá. Navíc byla krásně jemná a hebká.“ Brzy tedy odložila nejrůznější mastičky a krémy. Zjistila totiž, že celé tělo se v zásadité koupeli také krásně vyčistí. Dnes si ji dopřává prakticky už jen preventivně pro své potěšení dvakrát týdně. Někdy ji prostřídá zásaditými punčochami, které se navlékají na noc. Punčochy se namočí do zásaditého roztoku, vyždímají, navléknou se na nohy až nad kolena a poté se přes ně ještě dají suché vlněné punčochy. „Malé balení soli MeineBase mám u sebe pořád a беру si ho s sebou i na cesty, podobně jako si jiní lidé s sebou zabalí nejrůznější mycí přípravky,“ říká.

## Pro Davídka to nejlepší

Velkým mezníkem v jejím životě bylo, když v pětadvaceti letech otěhotněla. Od svého muže se totiž dozvěděla, že



Veronika s Davídkem cvičí po ránu jógu a radují se z každého dne.

v dětství také trpěl atopickým ekzémem a podle všech statistik je tato dispozice pro dítě dědičná ze 40 až 60 %, jakmile těmito potížemi trpí jen jeden z rodičů. „V těhotenství jsem měla více času, a tak jsem si zásadité koupele doma ve vaně dopřávala dokonce obden. A když se Davídek narodil, hned na porodním sále jsem požádala sestry, aby Davídka prvně vykoupali právě v roztoku s MeineBase, kterou jsem jim předala ještě předtím, než se narodil. Personál v porodnici v Hořovicích byl velmi ochotný a za to mu velmi děkuji,“ svěčuje se Veronika.

Davídkovi je dva a půl roku a jeho maminka mu zásadité koupele připravuje dodnes. Do dětské vaničky prostě jen přidá jednu polévkovou lžici MeineBase. „Chodili jsme spolu také na plavání do bazénu a jak známo, chlorovaná voda není pro kůži – a v podstatě ani pro celý organismus – úplně to nejlepší. Zatímco některé děti musely po několika lekcích kurz přerušit, u nás se však žádné problémy neobjevily, což jednoznačně přičítám tomu, že jsme se hned po návratu domů oba vykoupali v zásadité koupeli.“

Podobné skvělé zkušenosti Veronika získala i při léčbě plenkových opruzenin, které vždy po koupeli, nebo dokonce pouze po přiložení obkladu z pleny namočené v zásadité vodě a poté vyždímané, ustoupily velmi rychle. „Když si jiné maminky stěžují na problémy s kůží u sebe nebo u svých dětí, vždycky se jich zeptám, v čem se koupou a čím se myjí, a pak jim doporučím koupelovou sůl MeineBase. Občas si ji do vany nasype i můj manžel, a to je co říct,“ směje se Veronika. Koupel je totiž opravdu příjemná, neboť kůže se nevysušuje, a tím že se z ní nesmývá ochranný film, není člověku ani za hodinu ve vaně zima. A vůbec není potřeba kůži po koupeli ještě promašťovat krémem, tělovým mlékem či olejem.

## Komplexní péče

Kromě soli MeineBase Veronika Švagrová používá i další produkty dr. Jentschury, zejména bylinkový čaj 7x7 složený ze 49 bylin, které v těle rozpouštějí usazeniny a látky, jež do něj nepatří. „Každé ráno uvařím čaj do konvice a během dopoledne ji s Davídkem vypijeme,“ vypráví. Pak často přichází na řadu i Wurzelkraft, který v dávce lžičky či lžice přidává k hlavnímu jídlu nebo do polévky. Tento stoprocentně přírodní prostředek dokáže uvolněné usazeniny neutralizovat a zásaditými koupelemi se následně z těla také vyloučí, což je známo jako tzv. trojskok odkyselení.

Veroniku také velice zaujal recept na výrobu „zdravé nutely“, kdy se sypek Wurzelkraft z bylin, ovoce a zeleniny smíchá s troškou medu a hořkého kakaa. A stejně tak si oblíbila bezlepkové potraviny, například zeleninovou směs TischleinDeckDich neboli Stolečku, prostří se, z ní přidáním trošky vody, vajíčka, nastrohaného sýra a kousku zeleniny vytváří výborné placičky, které se pak upečou v troubě na plechu. Jahelno-pohanková kaše MorgenStund' na přípravu vynikající snídaně přichází v její domácnosti ke slovu zhruba ob den.

Nutno dodat, že Veronika v Dobříši organizuje nákupy přes Scuk, který sdružuje české farmáře a pěstitele. S ochranou přírody to myslí vážně, a tak i konvenční úklidové prostředky už před lety vyměnila za sodu a ocet. „Nejvíc mi ale život jednoznačně změnily přípravky značky P. Jentschura, protože mi ho zásadně usnadnily,“ uzavírá. ◆

Rozhovor připravila Věra Keilová