

# Natürlich schön mit Honig: Das Heilmittel für die Haut

Honig ist eines der wertvollsten und ältesten Lebensmittel der Welt. Der „Nektar der Götter“, wie die alten Griechen den Honig nannten, wird bereits seit Jahrhunderten als Heilmittel eingesetzt und findet auch in der modernen Medizin Anwendung. Wegen seiner heilenden Wirkung findet man Honig seit Langem in verschiedenen kosmetischen Produkten als Inhaltsstoff. MEINE VITALITÄT sagt Ihnen, warum das natürliche Heilmittel gut für unsere Haut ist.

10.04.2017 - von MEINE VITALITÄT Redaktion

Honig ist ein wahres Wundermittel - von innen wie von außen. Er beinhaltet viele verschiedene **Mineralstoffe**, darunter zum Beispiel Kalium, Magnesium und Calcium und ist gleichzeitig reich an **Spurenelementen** wie Eisen, Kupfer, Mangan und Chrom. Eisen ist zwar nur in geringen Mengen vorhanden, wirkt jedoch in Zusammenhang mit dem Vitamin-C-Gehalt im Honig gegen einen Eisenverlust und sorgt für einen gesunden Teint. Neben Spuren von Vitamin C ist auch Vitamin B1, B2, B6, Biotin und Pantothen säure enthalten, was die **Hauterneuerung** unterstützt und damit für die Schönheit unerlässlich ist.

Honig auf der Haut Honig kann auf verschiedene Art und Weise zur **Pflege** angewendet werden. Als Badezusatz, Maske oder zur Lippenpflege kann er einfach auf die Haut aufgetragen werden. Dabei bindet Honig viel **Feuchtigkeit** und macht die Haut geschmeidig. Gleichzeitig nähren die enthaltenen **Inhaltsstoffe** die Haut von innen heraus und lassen sie frisch und gesund aussehen. Generell ist Honig für nahezu alle Hauttypen geeignet. Bei **Allergien** sollten Sie jedoch vor der Anwendung Ihren Arzt konsultieren.

Honigpflege für irritierte Haut Für jugendliche oder irritierte Haut ist Honig vorteilhaft, weil er

<http://www.meine-vitalitaet.de/article/view/id/431>

© 2019 MEINE VITALITÄT / Green Vital Media GmbH

Alle Rechte vorbehalten. Eine Vervielfältigung ist nur mit Genehmigung durch die Green Vital Media GmbH gestattet

-

**reinigend** wirkt, die Haut sanft klärt und zusätzlich beruhigt. Dafür sind vor allem die enthaltenen Enzyme verantwortlich, die desinfizierende Stoffe produzieren und dem Honig eine entzündungshemmende und antibakterielle **Wirkung** verleihen. Außerdem wird den **Bakterien** durch den hohen natürlichen Zuckeranteil das zum Überleben benötigte Wasser entzogen. Milde Säuren im Honig stärken zudem den **Säureschutz** der Haut, da Honig einen leicht sauren ph-Wert hat.

Propolis für Hautpflege und Hautschutz Neben dem Wundermittel Honig produzieren Bienen weitere Naturmittel, die eine besondere **Wirkung** für unsere Haut haben. **Propolis** beispielsweise, ein Kitharz, das von den Bienen für die Abdichtung des Bienenstocks und zum Schutz vor Infektionen verwendet wird, besitzt eine Vielzahl an hochwirksamen **Inhaltsstoffen**. Diese bieten auch dem Menschen Schutz vor Bakterien, Viren und Pilzen. Propolis dient vor allem der **Pflege** unreiner Haut. Es wird als Pulver, Tinktur oder Salbe benutzt und wirkt schmerzlindernd und antibakteriell, hemmt Entzündungen und fördert die Wundheilung.

Der Verjüngungseffekt von Bienenmilch **Gelée Royale** ist ein Konzentrat aus Vitaminen wie Vitamin B, C, E Biotin und Folsäure, Mineralstoffen sowie Spurenelementen. Damit ist die sogenannte Bienenmilch sowohl bei innerer als auch bei äußerer Anwendung ein echter **Energiekick** für die Haut. Durch die durchblutungsanregende Wirkung regt das Gelée Royale den natürlichen **Zellstoffwechsel** an, polstert kleine **Fältchen** von innen heraus auf und stellt die **Balance** der Haut wieder her. So wirkt der Teint im Nu wieder ebenmäßig und fein.

**Fazit: Honig ist nicht nur lecker und gesund auf dem Frühstücksbrötchen, sondern pflegt auch die Haut von innen wie von außen. Die unterschiedlichen Inhaltsstoffe wirken positiv auf unseren Körper, unsere Haut und unsere Gesundheit. Für Schönheit, die man sehen und spüren kann.**

*Weitere Artikel zum Thema Honig:*

*Naturkosmetik zum selber machen mit Honig gibt es hier: Schön mit Honig: Naturkosmetik zum selber machen*

*Mit Hilfe von Bienenprodukten Krankheiten lindern und sogar heilen: Apitherapie: Heilsame Bienenmedizin*

<http://www.meine-vitalitaet.de/article/view/id/431>

© 2019 MEINE VITALITÄT / Green Vital Media GmbH

Alle Rechte vorbehalten. Eine Vervielfältigung ist nur mit Genehmigung durch die Green Vital Media GmbH gestattet

-

*Honig: natürlich, aromatisch, gesund*

Lassen Sie sich Ihren Honig nach Hause liefern: [www.bringmirbio.de](http://www.bringmirbio.de)