

볼리비아의 유우니 소금 사막



유우니 소금사막의 건기모습

이곳의 지각변동으로 솟아 올랐던 바다가 빙하기를 거쳐 2만년 전 녹기 시작하면서 커다란 호수가 만들어졌고 비가 적고 건조한 기후로 인해 물이 모두 증발하고 소금 결정만 남았습니다.

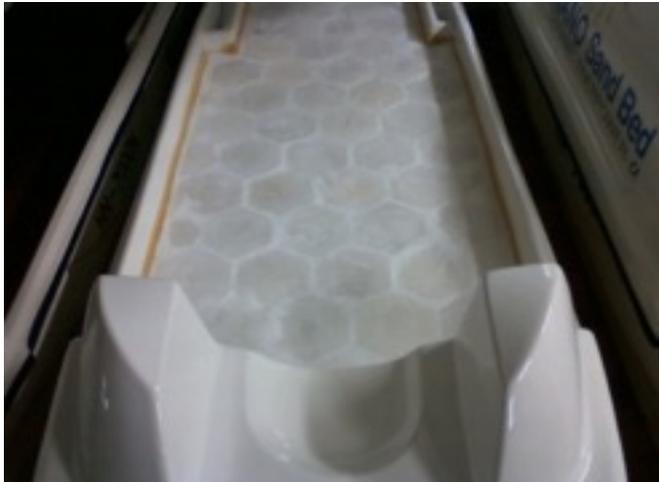
소금 양은 엄청나서 볼리비아의 모든 국민들이 모두 사용한다 해도 수 천년 이 넘도록 사용할 수 있을 정도라고 하네요. 게다가 순도도 굉장히 높아 그냥 씻어 사용할 수 있습니다. 수많은 관광객들이 왔다 가면서 훼손하고 더럽혀 지지만, 소금 사막이 우기가 되면 대부분 정화되어 처음의 깨끗한 모습이 된다고 하네요

소금타일의 특성



솔트 테라피 가 자신을 갖고 추천하는 소금타일의 광염 온돌방의 특징을 소개해 드리겠습니다.

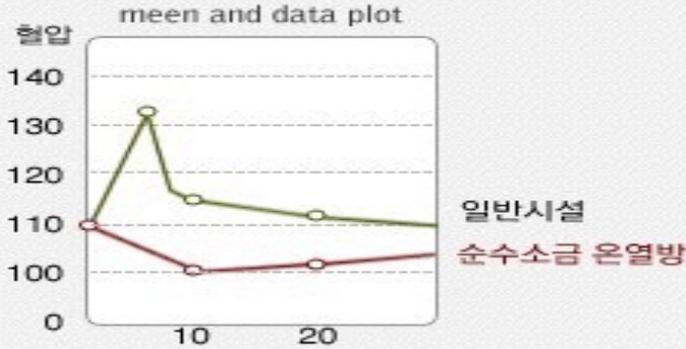
세계 최초로 발명특허(특허 제10-0601190호) 받은 소금 타일은 저온에서도(40~45°C) 원적외선을 방출하여 자체 복사열을 발생하여 몸 속부터 따뜻하게 합니다.



안전하고 무리 없이 몸 안부터 따뜻하게 하기 때문에 지병을 갖고 있는 분, 건강이 불안한 분, 고령인분, 재활 치료 중 인분도 안심하고 사용할 수 있습니다. 사람이 무리하지 않고 진하게 땀을 낼 수 있는 실온41°, 습도45의 온열방 입니다

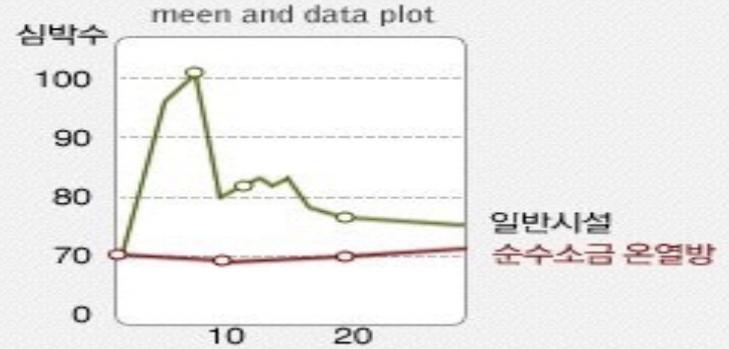
소금 온열 방 에서 몸의 변화

순수소금 온열방에서의 혈압 변화



일반 시설과 비교하면 순수소금 온열방에서는 거의 혈압이 올라가지 않는 것이 판명되었습니다.

순수소금 온열방에서의 심박수 변화



혈압과 심장박동수의 데이터가 몸에 부담을 주지 않음을 증명하고 있습니다.

이런 환경은 일반시설과 비교하면 소금 찜질 방 에서는 거의 혈압이 올라가지 않는 것이 판명되었고, 심장박동수도 일반시설에 비해 영향을 받지 않고 있는 모니터 결과가 증명하고 있습니다. 이러한 안전성으로 혈압이 걱정되시는 분이나 재활 치료 중 인분도 이용 가능한 최상의 소금 찜질 방 이라 할 수 있습니다.

소금온열방의 효능

순	일일 1~3시간 체험 (일주일 2~3회 체험 권장)
1	알레르기 비염,천식,호흡기질환, 아토피 예방개선
2	소금분자가 모공 통해 몸 속의 독소 활성산소를 땀을 통해 분해 배출
3	소금은 온 열과 함께 열에너지에 의해 소금분자가 공기 중에 떠다녀 살균,소독,소염작용을 함
4	세포의 노화를 억제하고 생성을 도와줌
5	신경계를 완화하여 통증을 억제하고 통풍을 다스린다
6	피부미용개선 체지방 분해 삼투압작용으로 디톡스 효과
7	탈취효과와 유해세균,바이러스, 곰팡이균 번식억제

소금 소개



생명의 필수요소, 소금

사람은 어머니 지궁 속 양수에서 세포분열을 통해 성장합니다.

따라서 사람의 원초적 에너지는 양수이며, 양수가 바로 소금물입니다. 인간 몸의 체액중 소금은비닷물의 농도와 거의 같은 0.9%의 농도를 차지하고 있으며, 이는 우주의 자연섭리와 결코 무관하지 않다는 것을 보여줍니다.

지구상에 불변하는 물질은 금과 소금뿐입니다.

소금은 실로 신비한 것으로, 오랜 시간이 흘러도 그 맛과 중량은 변하지 않는 금과 같다하여 소금이라 합니다.

소금은 유연함을 유지시켜 주고 단 것은 경직됨을 유지시켜 줍니다.

동물도 편맛의 동물을 잡아먹는 동물은 모두 유연한 몸을 가지고 있지만 단맛의 식물성을 먹는 동물은 행동이 둔하합니다. 마찬가지로 사람도 편것을 좋아하고 많이 섭취하는 사람은 의욕적이고 활동적인 반면 단것을 좋아하는 사람은 내성적이고 비활동적입니다.

그래서 식물성을 주식으로 하는 동양인은 정적인 반면 동물성을 주식으로 하는 서양인은 동적이지요.



Lohas Your Life!

고린패밀리
T R A N S P A R E N C Y

소금 소개



동물에게 식염은 생리적으로 필요 불가결한 것입니다. 식염은 체내 특히 혈액에 들어 있으며 나트륨이온은 세포 속의 칼륨이온과 균형을 이루어 삼투압 유지에 중요한 역할을 합니다. 나트륨이온은 탄산과 결합하여 중탄산염이 되어, 혈액과 그 밖의 체액의 알칼리성을 유지하고 나트륨이온과 인산의 결합물은 완충물질로서 체액의 산알칼리도의 평형을 유지시킵니다. 따라서 체내에 산이나 알칼리가 증가해도 체내의 산알칼리도(度)는 쉽게 변하지 않습니다.

또한 나트륨은 쓸개즙, 이자액, 장액 등 알칼리성 소화액의 성분을 이룹니다.

소금의 섭취가 부족하면 이들의 소화액 분비가 감소하여 식욕이 떨어지는데 나트륨은 체내에서 식물성 식품에 많은 칼륨과 항상 이 균형을 유지하기 때문이며 상대적으로 칼륨이 많고 나트륨이 적으면 생명이 위태롭게 되는 경우도 이 때문입니다.

소금성분의 하나인 염소는 위액의 염산을 만들어주는 재료로서 아주 중요합니다.

염분이 결핍되면 단기적으로 소화액의 분비가 부족하게 되어 식욕감퇴가 일어나며 장기간의 염분 결핍은 전신에 무기력·권태·피로 및 정신적 불안 등이 일어납니다.

또한 땀을 흘려 소금이 소실되면 현기증, 무욕, 의식혼탁 등 육체적·정신적 기능상실이 일어나기도 합니다.

이처럼 인간의 신체 구조는 소금과 필수불가결하며 인체 내의 독을 몰아내고 몸의 부패를 방지하는 아주 중요한 역할을 담당합니다.

소금 소개



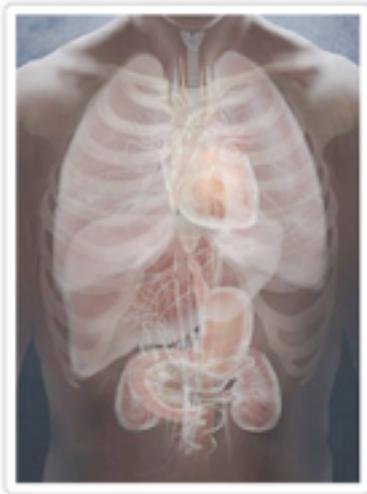
동서양을 막론하고 많은 사람들은 소금을 연구했으며 화폐의 단위로 사용하고 의약품으로 사용해 왔습니다.
양방의 구금약으로 쓰이는 링겔도 소금물을 정수한 것이며
한방에서는 더욱 다양하게 활용할 뿐 아니라 민간요법으로 널리 사용하고 있습니다.
이처럼 소금은 식품으로서 뿐만 아니라 약성까지 함유하고 있어 그 용도가 다양합니다.

오염의 시대에 건강하게 살려면

무서운 질병을 얻게 되는 가장 큰 이유는 우리 몸의 저항력 약화라고 할 수 있습니다.
중금속과 영양불균형 그리고 PH의 이상은 저항력을 약화시키는 3대 주범입니다.
그러한 요소들은 환경과 음식섭취를 통해 우리 몸에 나쁜 영향을 줍니다.
환경오염은 이제 우리가 먹는 식품까지 영향을 미치고 있습니다.



소금 소개



우리 몸은 산성도 알칼리성도 아니고 중성 상태에서 가장 저항력이 강해집니다.

이러한 상태에서 우리 몸을 보호하기 위한 가장 효과적인 방법은 우리 몸을 수시로 청소해 주어야 한다는 것입니다. 이때 청소의 가장 유용한 도구는 바로 물과 소금입니다. 물과 소금은 우리 몸의 각종 합성에 소용될 뿐만 아니라 신진대사를 원활하게 해주는 가장 소중한 요소입니다. 그런데 물이 오염되어 이제 생수를 마시고 있으나, 대부분의 사람들은 영터러 소금을 먹음으로써 오히려 중금속을 우리 몸에 더 많이 쌓이게 하고 있습니다.

좋은 생수와 함께 좋은 소금을 먹는 것은 이제 선택이 아니라 필수입니다.

좋은 물과 좋은 소금으로 환경오염과 나쁜 식습관, 과음과 과식에 찌든 우리 몸의 신진대사 속도와 질을 높여야 합니다. 오염된 환경이 하루아침에 좋아질 수는 없습니다. 따라서 좋은 물과 좋은 소금으로 나쁜 것들을 빨리 펌프질해서 체외로 배출시켜야만 건강을 유지할 수 있습니다.



Lohas Your Life!

그린패밀리

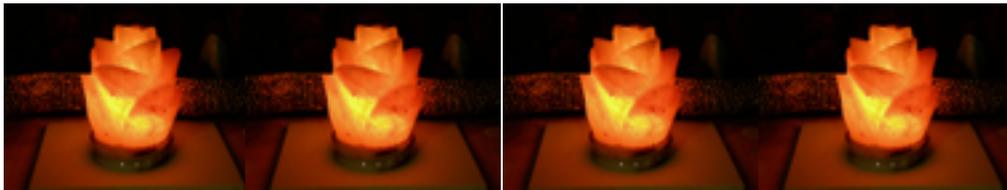
LOHAS YOUR LIFE

소금 소개



그리고 또 하나 좋은 미네랄을 섭취해 주어야 합니다.

우리 몸의 소화 과정은 유기물질과 무기물질간의 상호작용을 통해 이루어지는데, 현대인의 몸에 유기물질은 풍부하게 흡수되지만 무기물질(미네랄)은 그렇지 못합니다. 물론 '미네랄은 많다.' 하지만 나쁜 미네랄은 오히려 우리 몸에 치명상을 입히기도 합니다. 우리가 섭취한 음식물은 분해되어 대부분 小腸에서 흡수하는데, 미네랄이 소장(小腸)의 세포막을 통과하지 못하면 아무리 많은 미네랄을 먹어도 소용이 없습니다. 나쁜 미네랄은 흡수되지 않고 오히려 소장벽(小腸壁)에 붙어서 다른 물질의 통로를 막음으로써 철피막현상(鐵皮膜現狀, Iron Curtain)을 일으키기도 합니다. 그럴 경우 우리 몸은 영양분을 흡수하지 못해 아무리 먹어도 영양결핍 상태를 초래하게 됩니다. 다시 말해 좋은 미네랄의 조건이란 분자 크기가 소장 벽을 통과 할 수 있을 정도로 작아야 하고, 분자 구조가 순수해야 한다는 것입니다.



소금 소개



소금의 종류



현재 전세계 50억 인류가 한 해에 사용하는 소금의 양은 약1억5천만 톤 정도 됩니다.

그 중에서 70%가 땅속에 묻혀 있는 암염(岩鹽)을 캐내어 만들고 나머지 30%는 바닷물을 원료로 하여 만듭니다. 1억5천만 톤의 소금 소비량 중 사람이 섭취하기 위해 사용하는 식염은 5%에 지나지 않고 나머지 95%는 전부 공업용으로 사용됩니다. 산업이 발달하면서 소금의 소비가 폭발적으로 늘어났으며 1960년 이후 세계적으로 두 배 이상이 늘어났습니다. 그러나 소금을 만드는 방법이 발달하고 소금의 원료인 바닷물이 바닥날 때까지 만들어 낼 수 있으므로 옛날과 같은 소금 부족 사태는 일어나지 않을 것으로 보입니다. 암염을 제외하고 바닷물에 녹아 있는 양만 해도 앞으로 인류가 1억 년을 사용하고도 남을 양이기 때문입니다.



Lohas Your Life!

그린해말리

소금 소개



재료에 따른 분류

소금은 바닷물 속에서만 조제하는 것이 아니고 지구상의 모든 물질에 녹아 있습니다.

살아 있는 생명체는 소금이 생리적으로 없어서는 안 될 중요한 것이 때문에 반드시 함유되어 있으며 무생물에도 상당한 양의 소금이 포함되어 있습니다.

- 천일염** 천일염은 우리가 흔히 가장 흔하게 사용하는 소금으로 바닷물을 농축시켜 만든 소금입니다.
- 암염** 암염은 바다였던 호수가 지각 변동에 의해 물은 증발되고 소금만 남아 퇴적되어 지층이나 암석으로 이루어져 있는 것을 캐어낸 소금입니다
- 호염** 염전에 함수(판물)를 채워 태양열로 증발시켜서 얻어내는 소금입니다.
- 조염** 미역이나 톳과 같은 해초에서 추출한 소금입니다.
- 정염** 땅 속 깊이 판물이 수백처럼 형성되어 염분이 많은 지하수를 퍼 올려서 태양열이나 화력을 이용해서 증발시켜 추출해 낸 소금입니다.
- 화염** 동태, 오징어와 같은 바닷고기에서 추출해낸 소금으로 신장질환, 방광, 요도염에 좋습니다.
- 목염** 대나무, 은행잎, 밤나무, 밤껍질, 박달나무 등에서 고온으로 구워서 만든 소금으로 간장질환, 특히 혈액 및 체액의 해독 작용이 있습니다.
- 금염** 오리, 닭, 개 등과 같은 동물의 피에서 뽑은 소금으로 각종 패혈증과 관절염에 효과가 있으며 신경통에 좋다고 합니다.
- 토염** 자령이, 지네, 거머리, 전갈, 땀강아지와 같은 곤충 종류에서 뽑아낸 소금으로 뇌와 신경질환에 좋다고 합니다.
- 봉염** 물에서 추출한 소금을 봉염이라 합니다.
- 송염** 딱정벌레에서 얻어낸 소금을 송염이라 합니다.
- 초염** 봉염과 비슷하지만 나물에서 얻어낸 소금입니다.
- 분염** 소금이 귀하던 때에 동물의 배설물을 주워다가 이것을 불에 태워 물에 타서 염분을 녹여 낸 다음 다시 달구어 소금을 얻었는데 이것을 분염이라 합니다.
- 기염** 사람의 소변을 이용하여 채취한 소금입니다.



Lohas Your Life!

고린패밀리

2011.11.11

소금 소개



가공방법에 의한 분류

- 정제염** 소금 성분중에서 마그네슘, 칼슘, 황산근 등 염화나트륨 이외의 성분을 화학적으로 제거한 소금이며 염도는 95% 이상입니다. 최근에는 99.3% 가까운 정제염을 생산하기도 합니다.
- 소염** 천일염을 이용해서 양질의 소금을 얻어내는 방법중에서 태우거나 용융시켜서 만들어낸 소금을 소염이라 합니다.
- 용융염** 크게는 소염은 이른바 녹여서 만든 소금으로 양질의 천일염을 1,000℃의 고열에 넣어서 녹인 다음 가라앉은 불순물과 유독성분을 제거하고 인체에 유익한 성분만 간직하게 한 것이 용융염입니다.
- 죽염** 대나무 속에 소금을 넣고 입구를 황토로 막고 가마에 넣은 후 소나무 장작으로 불을 때서 소금을 굽습니다. 불이 다 꺼지고 가마가 식으면 대는 다 타서 재가 되고 소금은 녹으면서 굳어 허안 막대기 처럼 됩니다. 이것을 가루 내어 다시 대통 속에 꼭꼭 다져 넣고 다시 굽는다. 이와 같은 방법으로 아홉 번을 되풀이해서 굽습니다. 마지막 아홉번 구울 때에는 1,000℃가 되게 온도를 올리면 소금이 녹아 용암처럼 흘러내립니다. 이것을 짚게 부수어 알갱이를 만들거나 가루를 내어 사용하는데 이것이 죽염입니다.



Lohas Your Life!

고킨패밀리

소금 소개

소금 200% 활용하기

소금 이용하기 (식용염)

국이나 찌개를 만들 때 국이나 찌개의 맛을 풀고어 줍니다.

김치 담글 때 쓴 맛이 없으며 싱싱함이 오래 유지됩니다.

장을 담글 때 위생적이고 된장, 고추장 맛이 뛰어 납니다.

채소를 데칠 때 깨끗하고 선명한 푸른색을 줍니다

물김치를 담을 때 미네랄이 많아 영양이 풍부하며 감칠 맛이 납니다.

밀가루를 반죽할 때 찰기가 강해지므로 쫄깃쫄깃한 맛을 느낄 수 있습니다.

생선살을 다질 때 생선의 단백질이 잘 용해되어 매끄러운 살로 만들수 있습니다.

단팥죽의 맛을 낼 때 단맛의 강도를 높일 수 있습니다.

음식을 얼릴 때 저온효과가 있어 어는 속도를 높여줍니다

신 맛이 강하게 낼 때 신맛을 누그러뜨려 맛을 조절할 수 있습니다

낙지, 토란의 점안을 제거할 때 조미액이 잘 스며들어 싱싱한 맛이 살아납니다.

계란 프라이할 때 표면이 빨리 굳어져서 모양이 피그러지는 것을 막을 수 있습니다.

생선이나 고기를 구울 때 표면이 빨리 굳어져서 깨끗하게 구워낼 수 있으며 맛이 뛰어 납니다.

사과와 같은 과일 소금을 사용하면 색이 변하는 것을 방지하고 비타민 C의 파괴를 막아줍니다.

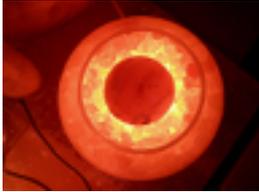
상시복용 1.8리터 페트병의 생수에 2티스푼의 소금을 용해하여 하루에 한병을 상시 마십니다.

기상후와 취침전 공복시(1일 2회) 생수 한컵에 중간 또는 굵은 소금 1티스푼을 섞은 소금물 한컵을 마십니다.



소금 소개

소금, 피부에게 양보하기 (미용업)



소금 마사지는 신진대사를 촉진시켜 체내의 노폐물이 빠져 근육의 유연성을 길러줍니다. 동시에 피부가 부드러워지며 탄력이 생깁니다. 비누로 온몸을 한번 씻어낸 후 욕탕에서 몸을 따뜻하게 한 다음 소금 3티스푼 정도로 온몸을 마사지하듯 비누 후 10분이 지나서 몸을 흘린 후 찬물로 헹구어줍니다. (글레오파트라와 앙귀비 등의 질세미인들도 이 방법을 쓴 것은 잘 알려져 있다)



전신마사지

얼굴마사지

세안 후에 적당량의 소금을 얼굴에 바르고 가볍게 마사지해 주면 피부가 보송보송 해지며 각종 피부 트러블에 좋습니다.

전신입욕시

욕조에 38~42도 정도의 온도에 적당량을 풀어 15~20분간 입욕하시면 가정에서 해수탕을 즐기실 수 있습니다.

여성청결

티스푼 1~2개분량으로 물 2~3컵정도에 풀어 세척합니다.

소금 소개

세면

비누를 사용하여 깨끗이 얼굴을 씻고 따뜻한 물로 헹구면 다음 고운 소금 1티스푼을 손바닥 위에 놓고 양손으로 비빈 뒤, 얼굴에 탁탁치는 식으로 골고루 마사지 해줍니다. 약 5분뒤 찬물로 씻어주면 모공이 수축되며 피부가 부드러워지고 보습효과가 뛰어나며, 화장도 제거에 효과적이며 화장이 잘 밀리지 않아 좋습니다

몸매 및 피부관리

자기전 후에 목주립에 생수 한잔에 중간 또는 굵은 소금 1티스푼을 타서 마시고 0.9%소금물(생수 1.8리터에 2티스푼)로 하루에 1.8리터를 마십니다.

양치질

고운 소금을 칫솔에 적당량을 묻혀 골고루 닦아준 다음 입안의 소금물로 충분히 입안 곳곳을 가글한후 떨어진 다음 손가락으로 잇몸을 마사지 해주면 더욱 좋습니다.

머리감기(모발보호)

비누로 두피와 모발을 따뜻한 물로 깨끗이 씻은 뒤 양손의 손가락 끝에 고운소금을 묻혀 두피를 비비듯 10분간 마사지만 후 따뜻한 물로 헹구어 줍니다. 머리의 열을 빼주고 머리를 가볍게 해주어 머리가 맑아지고 모발을 건강하게 해줍니다. (머리에 열이 많으면 머리카락이 잘 빠지고 빨리 희어지며 두통이 심해집니다)

사우나 찜질방

대형욕조에 히말라야 미네랄 소금을 녹이면 미네랄이 풍부한 해수탕 효과를 낼 수 있습니다

위장세척법

식전 공복에 생수 3컵(떡주잔 크기)에 각각 2티스푼의 중간 또는 굵은 소금을 탄 다음 소금물 한 컵, 생수 한 컵의 순서를 반복해 소금물 3잔 생수 3잔을 번갈아 마신 후, 45분이 경과하면(사람에 따라 다소 차이가 있음) 용변이 급해지고 2시간 이내에 3~4차례 많은 양의 노폐물이 용변으로 배출됩니다. (마신 후 속이 거북해 질 경우 상당 한 티스푼을 복용)



Lohas Your Life!

고진때말리

소금 소개

소금으로 건강 지키기 (민간요법)

소금물을 마시면

통변을 좋게 하고 변비가 없어집니다.

피로 회복에 도움이 됩니다.

더위 먹는 것을 방지합니다.

감기 치료에 유효합니다(목욕하면서 마시면 더욱 좋습니다)

중풍을 예방합니다.

천식의 가래를 삭이고 악취와 숙취를 없애줍니다.

소화불량을 없애줍니다.

더운 소금물을 마시면

위장을 강화하고 위장병을 없애줍니다.

악취와 숙취에 좋습니다.

체했을 때 토하게 합니다.

감기, 인후통에 유효합니다.

배가 아플 때 좋습니다



차와 곁들여 소금을 타서 먹으면

보리차에 소금을 넣어 마시면 위가 튼튼해집니다.

건강 증진에 유효합니다.

복통과 악취를 없애줍니다.

소금 소개

그린패밀리 소금

원적외선 방사

원적외선이라는 것은, 파장이 25 μ m 이상인 적외선을 말합니다.
또 세포를 구성하는 수분과 단백질 분자에 닿으면 세포를 1분에 2,000번씩 미세하게 흔들어줌으로써 세포 조직을 활성화하여 **노화방지, 신진대사 촉진, 만성피로 등 각종 성인병 예방**에 효과가 있습니다.
원적외선은 각종 질병의 원인이 되는 세균을 없애는 데 도움이 되고, 모세혈관을 확장시켜 혈액순환과 세포 조직 생성에 도움을 줍니다.
그 밖에도 **발한작용 촉진, 통증완화, 중금속 제거, 숙면, 탈취, 향균, 곰팡이 번식방지, 제습, 공기정화** 등 효과가 있어 주택 및 건축자재, 주방기구, 섬유·의류·침구류, 의료기구, 찜질방 등의 여러 분야에 쓰이고 있다.



컬러테라피

의학의 발달과 생활여건의 향상으로 건강하게 오래 살 수 있는 반면, 전통적인 질병이 아닌 스트레스나 심리적 고통으로 크게 시달리고 있기도 합니다.
즉 시대가 바뀌면서 인간은 새로운 죽음의 문제에 직면하고 있는 것입니다. 카에르케고르는 19세기 당시 '절망'이야말로 '죽음에 이르는 병'이라고 설파했습니다.
그것이 과학기술이 만개한 21세기에 이르러 '스트레스'와 자리바꿈하고 있습니다. 스트레스는 뚜렷한 의학적 증상을 발견할 수 없는 심리적 영역입니다. 현대의 학의 한계 영역인 스트레스를 극복하기 위해 의학계는 예방의학 또는 대체의학 등에 관심을 쏟고 있고, 비의료계 쪽에서는 컬러나 음악·아로마를 이용한 심리치료요법이 활발하게 진행되고 있습니다.

태양을 에너지의 원천으로 여겼던 고대 이집트인들은 빛으로 만들어지는 색상을 질병치료에 이용했습니다. **컬러를 활용해 스트레스를 줄일 수 있고 원하는 심리적 안정을 가져올 수 있다**면 소용히 할 일이 아닙니다. 우리 몸은 기본적으로 질병을 이겨낼 수 있는 자연 치유력을 갖고 있습니다. 이 자연적 능력이 강하다면 문제가 없지만 이것이 약할 때 병에 걸리는 것입니다.

컬러테라피는 질병에 접근하는 것이 아니라 바로 신체의 자연적 치유 능력을 강화시켜 주는 역할을 함으로써 질병을 이길 수 있도록 도와줍니다.

- 오렌지** 보호 본능을 전달한다. 신경계, 심장, 방광의 활동을 활발케 한다. 인간의 체질과 기분에도 좋습니다
- 노랑** 인식 능력, 지성을 증진시키며 해장, 간, 담낭(쓸개)을 자극합니다.
- 빨강** 원기를 강화시켜 주며 심장 혈액 순환을 도와줍니다.
- 분홍** 관계 및 사랑의 촉진과 감수성을 자극합니다.

소금 소개

음이온

음이온이 환경에 미치는 주요작용

- ① 화학적, 전기적, 방사성 물질 등이 원인인 공기오염의 정화
- ② 신 건축재 등으로부터 실내에 발산되어 나오는 포름알린 등의 유해물질 정화
- ③ 살균작용에 의한 공기오염의 방지
- ④ 화분증(꽃가루가 코나 목구멍으로 들어가서 일으키는 알레르기 증상), 기관지 천식의 원인이 되는 삼화분(杉花粉), 진드기의 사해나 분뇨 등 알레르기 물질의 제거
- ⑤ 곰팡이 발생방지나 냄새제거
- ⑥ 화분식물의 성장을 촉진



음이온의 인체 활성화 작용

① 혈액 정화작용

건강한 혈액은 약알칼리성입니다.

양이온은 혈액을 병적인 산성을 만듭니다. 음이온은 산성혈액을 중화시켜 저항력 있는 약알칼리성 혈액으로 바꿉니다. 성인병, 암, 알레르기 질환 등을 예방합니다.



소금 소개

② 정신 안정작용

음이온은 부교감신경을 자극하여 심신을 안정시키고, 행복감을 증폭시키는 β 엔돌핀을 활성화 시킵니다.

뇌내 베타 엔도르핀은 행복 호르몬이란 별명으로 부르고 있는데 정신안정 작용을 합니다. 행복감은 면역력을 높이는 것입니다. 죽 병에 이기는 힘을 줍니다.

③ 자율신경 조정작용

세 사람 중 한 사람은 스트레스로 쓰러지는 것이 이 시대의 현실입니다.

불면, 두통, 냉증, 경년기 장애, 어깨 결림, 요통, 만성피로 등 수많은 병에 시달립니다. 이런 증상은 양이온 때문이라 해도 과언이 아닙니다. 자율신경에 이상이 생긴 것입니다. 음이온은 자율신경의 밸런스를 잡아주는 역할을 합니다. (자율신경이란, 자기의 의지와 상관없이 신체 내부의 기관이나 조직의 활동을 지배하여 조절하는 신경을 말하며 교감신경과 부교감 신경이 있습니다.)

④ 면역강화작용(장, 간, 면역강화 작용)

면역의 중심은 장과 간입니다.

현대인은 장과 간이 약합니다. 음이온으로 장과 간을 강화시키면 건강한 생활을 영위할 수 있습니다. 쾌장, 쾌간으로 인생을 바꿉시다!



Lohas Your Life!

고린패밀리

소금 소개

⑤ 폐기능 강화작용

감기나 폐렴에 걸리는 사람들이 증가하고 있습니다.

폐에 양이온이 많이 들어가기 때문이다. 공기의 오염 때문이다. 음이온은 폐기능을 높이기 위하여 탄산가스 배출을 촉진하고 산소교환을 높입니다. 산소교환이 원활해지면 감기나 폐렴도 회복된다.

⑥ 진통작용

춥고 비오는 날 같은 저기압 시기에 만성적 관절 류머티스로 괴로워하는 분들이 손가락의 통증이나 허리와 어깨무를 등이 아프다고 병원을 찾아옵니다. 공기 중에 가득한 양이온 때문이다. 그때 음이온을 받게되면 신체의 이온 밸런스가 회복되어 아픔이 해소됩니다.

⑦ 세포의 활성화 작용

세포의 안과밖에는 각각 이온으로 가득 차 있습니다.

밖에는 양이온이 많고 안쪽에는 음이온이 많습니다. 세포가 활동해서 신진대사를 행할 때 양이온과 음이온이 관여하고 있습니다. 이 이온의 역할을 「생명 활동 전위」라고 합니다. 특히 심장세포의 활동 전위는 심전도를 통해서 알 수 있습니다. 세포가 정지상태에서 활동상태로 진행할 때 양이온이 음이온으로 교체합니다. 이 상태를 탈분극이라 하는데 음이온이 주역을 맡고 있습니다. 즉 세포의 활성화는 음이온이 많고 있는 것입니다.



소금 소개

④ 「공기 비타민 작용」으로 공기의 정화작용

담배, 집, 먼지, 진드기의 배설물 등에 의한 미립자들, 공해에 의한 대기 중의 미세한 오염물질 등 어디를 가나 유해한 양이온뿐입니다. 이것들은 천식, 아토피성 피부염, 화분증의 원흉들입니다. 집안을 안식의 자리로 만들고 싶다면 음이온의 환경으로 만들어 주어야 합니다. 음이온은 오염된 공기를 중화하고 정화하여 실내의 공기를 상쾌하고 깨끗한 장소를 만들어 줍니다.

⑤ 알레르기 체질의 개선작용

알레르기 질환은 전부 아네루겐이라는 항원입니다. 생체는 그 항원을 중화함으로써 항체를 만듭니다. 알레르기 질환은 크게 나눠 흡입 계통과 음식물 계통이 있습니다. 흡입계통에는 천식, 화분증, 알레르기성 비염, 알레르기성 결막염 등이 있고, 음식물 계통에는 아토피성 피부염, 과민성 대장염, 신경과민증 등이 있습니다. 음이온은 흡입계통에서는 집진과와 공기의 오염 원인 항체를 제거하여 알레르기 예방에 큰 역할을 합니다.



히말라야 소금 소개

소금램프

솔트 램프는 의학적 방법은 아니라 할지라도 아래의 질병으로부터 안심 할 수 있습니다.

편두통 / 알레르기 / 고열 / 천식의 감소 / 면역체제 향상 / 정신적 민첩성 증가 / 일의 능률과 집중력 향상 / 폐 용량 증가 / 감기와 독감 발병률 감소

의사들도 신경통을 포함한 각종 질병의 치료법으로 솔트 램프를 추천하고 있습니다.

고혈압, 류마티즘, 천식, 신장과 간장, 호르몬의 불균형

치과, 내과, 치료 진료실 (대기실이나 치료실)에 두면 공기를 맑게 할 뿐 아니라 고요한 분위기를 조성하고 환자들의 긴장을 풀어주는 굉장한 효과가 있습니다.

치과에서 치료가 끝난 뒤 공기 중의 미생물 수치가 음이온으로 인해 32-52% 감소되었다는 것을 보여주었습니다

음이온 발생

사람들은 일반적으로 하루에 454g의 공기를 마시며 살아갑니다.

만약 육체적인 운동을 한다거나 숨을 깊이 들이마신다고 하면, 어느 정도의 공기를 들이 마실지 생각해 보십시오.

공기는 우리 인체에 폐를 팽창시키고 수축시키도록 하는 것 이외에도 **몸 에너지의 56%를 우리가 마시고 있는**

공기를 통해 얻게 됩니다. 따라서 우리가 숨쉬는 공기의 질은 우리의 건강과 삶에 지대한 영향을 끼칩니다.

산림이 우거진 곳이나 폭포 그리고 바다에 서면 마음과 기분이 상쾌해 지는 이유는 바로 **다량의 음이온방출**로

우리의 몸과 마음이 정화되기 때문입니다.

솔트램프는 공기 중에 **다량의 천연의 건강이온인 음이온을 발생시켜줍니다**

3 - 5 kg = 반경 2.5m

7 - 9 kg = 반경 3.6m

5 - 7 kg = 반경 3m

10 - 12 kg = 반경 4.5m

25kg 이상 = 반경 14m



Lohas Your Life!

고린대말리
Lohas Your Life!

소금 소개

① 방이나 거실

온이온 효과와 소금 소금빛 램프의 온온하고 부드러운 빛이 공간과 침실에 두시면 가족관계 및 숙면에도 도움이 됩니다.

② 어린이방

아이들의 방에 두면 집중력이 오르기 때문에 공부 효율이 오릅니다. 또한 편안한 정신적 안정에도 도움을 주며 건강에도 좋은 효과가 있습니다.

③ 병원이나 각종 치료원

대합실 등에 두면 고객의 마음을 편안하게 함으로서 보다 긴장을 풀어 주며 치료에도 간접적 효과를 줍니다. 특히 환자 회복실에 비치하시면 손님의 빠른 쾌유에 도움이 됩니다.

④ 사무실

소금빛램프는 여러분의 업무의 집중력을 높여줍니다. 쉽게 지치기 쉬운 사무실 환경을 밝고 온화하게 해줌으로서 신체개선(Reflash) 효과를 높여 일의 능률을 올려 줍니다.

⑤ 명상원

소금빛램프를 옆에 두고 명상을 하면 긴장완화와 마음에 고요와 편안함을 더해 깊은 명상에 도움이 됩니다.

⑥ 마사지실

마사지를 받는 상대의 기분을 온화하게 하며 충분히 편안하게 도와줌으로 마사지의 효과를 극대화 할 수 있습니다.

⑦ 헬스클럽, 불가마 & 사우나

많은 사람들이 모여 운동하시는 시설 안에 다수의 소금 램프를 비치함으로써 좋은 공기를 마심으로 손님의 건강 증진을 도모 할 수 있습니다.

⑧ 레스토랑

레스토랑의 공기 정화는 물론 뛰어난 미적 인테리어 효과를 더해 줍니다.

⑨ 담배를 많이 피는 공간

소금빛램프는 담배연기를 빠르게 정화하는 힘이 있습니다.

히말라야 소금 소개

이온효과와 조명빛 효과

전기 불빛은 양이온(+)과 음이온으로 만들어집니다.

여기에서의 '음' 이라는 뜻은 이 이온들이 나쁘다는 것이 아니라 음극성을 지녔다는 의미로서, 수많은 연구논문이 이 음극성의 중요성과 건강성을 증명하고 있습니다.

이러한 히말라야 락솔트형태에 함유된 요소들의 기능으로 소금빛 램프는 불이 켜지면 음이온을 방출하여 이온의 조화를 이루어줍니다.

백, 황, 적에 이르는 자연색상 톤을 제공하는 편안한 조명에 기인하여 소금빛램프는 우리에게 육체적, 정신적으로 유익한 순기능을 제공합니다.

색상요법(color therapy)에 있어서 오렌지 불빛은 창의력을 촉진하며 인체에 활력을 증과 아울러 긴장완화 및 안정효과를 지닙니다. 또한 백색 불빛은 집중력을 강화하며 사고를 명료화하는 효과가 있습니다. 이렇게 '자연에서 캐온 공기정화제' 로 간단히 요약할 수 있는 히말라야 락솔트(암염)의 생성 과정을 보면, 2억5천만년전 태고의 유라시아 대륙과 인도 대륙 사이에는 '테스치해'라는 대양이 존재했으며 지구표면의 지각변동에 의해 두 대륙의 지각 판이 이동하면서 테스치해는 대륙으로 둘러싸인 염호(Salt Lake)가 되었고, 이후 용암이 분출되며 수분이 모두 증발되고 염분만 남은 상태에서 히말라야의 조산운동이 진행되어 산맥 지하 깊숙이 묻히게 됨으로써 광대한 소금광맥을 형성하며 태고의 깨끗하고 정결한 미네랄과 에너지를, 히말라야 지하 암반에서 고이 간직할 수 있게 되었습니다.

이러한 생성과정으로 인하여 히말라야 암염은 굉장한 압력과 고열로 소금결정구조가 정제 되어 인류문명 이전에 생성된 오염되지 않은 미네랄이 풍부하고, 생명이 건강하게 성장하기에 가장 적합한 균형을 이루고 있는 것입니다. 따라서 히말라야의 암염광산지역 현지에서는 실제로 음이온 및 원적외선 효과를 체험하는 관광객이 날로 늘어나고 있으며, 인근 지역은 천식이나 비염, 아토피성 피부병, 관절염 등의 질병을 가진 환자들이 요양을 목적으로 다녀가기도 하는 관광명소로 부각되고 있습니다

소금빛램프란 우리가 2억5천만년전의 천연음이온을 호흡하며 살기 위하여 일생을 히말라야 현지에서 보낼 수는 없는 대신 이 천연음이온을 우리의 생활공간으로 끌어들이기 위해 히말라야 산맥 200미터 깊이의 암염 원석을 채굴하여 자연상태 램프로 제작한 것으로서, 1984년에 몰랜드에서 최초 개발된 이후 20여년에 걸쳐 미국, 일본, 유럽등지의 선진국에서는 이미 초기 히트상품의 단계를 지나 현재는 생활 필수가전으로 대중화 된 제품입니다.

히말라야 소금 소개

① 공기정화 및 항균 작용

우리의 생활과 일하는 공간은 살에 유해한 먼지, 꽃가루, 비듬, 알레르기를 일으키는 물질, 먼지 진드기, 곰팡이 균들로 가득 차 있습니다. 이러한 공기를 마심으로서 우리는 각종 질병에 노출되고 있습니다. 솔트럼프의 항균 작용 및 공기 정화로 우리 몸을 적극적으로 보호 할 수 있습니다.

② 음이온발생

컴퓨터나 전자제품에서 배출되는 다량의 전자파를 흡수하고, 자연스럽게 우리 신체에 부족한 음이온을 보충해 줌으로서 균형을 갖도록 함으로서 학업과 업무에 효율을 더하여 줍니다.

③ 정신적 안정과 위안

일출과 일몰의 태양의 빛이 우리의 정신과 마음을 안정케 하고, 맑게 하듯이 솔트럼프에서 나오는 은은한 빛은 우리를 위안케 합니다. 특히 독일에서는 정신적 효과에 주목! 스트레스를 많이 받는 학생들이나 셀러맨을 위해 절찬리에 판매되고 있다.

④ 컨디션의 조정

공기 중에는 존재하는 여러 가지 오염물질 즉, 담배연기 아황산가스, 질소산화물, 일산화 탄소, 오존 및 각종 유기물질은 양이온을 형성하고 있는데 음이온은 이들 양이온을 경화 침전시켜 제거하므로 공기를 깨끗하고 신선하게 유지해 줍니다.

⑤ 불면증의 해소

⑥ 집중력UPGRADE(어린이방에!)



히말라야 소금 소개

히말라야 화석소금(화석암염)

히말라야 화석 소금 (화석암염)

인도 대륙과 아시아 대륙 사이에 틱스치해 라고 하는 바다에 지각변동에 인하여 히말라야 산맥이 형성된 후 산맥의 가장자리에 틱스치해의 해수가 결정체로 소금 광맥을 형성한 것이 히말라야 화석소금입니다.

히말라야 화석소금은 무공해의 풍부한 미네랄을 함유하고 있으며 음이온의 발생량이 풍부하여 피부를 신선하고 산소를 공급하는데도 효과를 기대할 수 있고, 갖가지 신비한 건강 관련 효능과 사례들이 전해지기도 합니다. 수 억 년 동안 땅속에 묻혀 외기와 접촉이 전혀 없는 지구 유일의 청정 지역에서 생산되는 최고의 원시적인 천연 소금으로써 우리의 인체 건강, 우리의 생활 건강에 좋은 영향을 줍니다.

화석염 스탠드 음이온 방출량

구 분	이 온 방 출 량(cc)	방 출 반 경
작 은 사 이 즈	1 1 0 0 - 1 2 0 0	2.5m
중 간 사 이 즈	1 9 0 0 - 2 0 0 0	4.2m
큰 사 이 즈	2 4 0 0 - 2 5 0 0	6.8m
특 사 이 즈	3 5 0 0 - 5 0 0 0	14m

화석염 대비 바다소금의 미네랄함유 비교

종 류	화 석 염	소 금	비 고
칼슘	590	20	뼈를 성장 촉진
마그네슘	300	20	혈관보강
칼륨	290	100	근력보강
철	6.6	0.01	빈혈탈치
당질	201	0	당뇨 예방, 전식유익
지방	65	0	공복공예방
요오드	5.3	0	갑상선비
염화나트륨	92.26	99	식욕증진, 소화불량



히말라야 소금 소개



Rock Crystal Salt Lamp(암염램프)

집안에서도 숲속의 신선한 공기를! 맛 보십시오.

Rock Crystal Salt Lamp (암염램프)

암염(岩鹽)램프는 3억 5천만 년 전 지각변동에 의해 바다 밑 지형이 융기되어 고산지대가 생성된 소금화석(암염)으로 만들어 졌으며 점등 시 아름답고 환상적인 빛을 발산 할 뿐 아니라 공기의 베타민이라는 음이온과 원적외선을 다량 방출하여 우리몸속의 혈액을 맑게 해주고 공기를 정화 시켜 주며 특히 냄새 및 습기제거 능력과 감기예방 비염, 천식, 아토피성 피부염을 억제 하는 능력이 탁월한 "천년의 음이온 램프" 입니다.

"음이온 원적외선의 효과"



▲ 음이온 원적외선 램프 전시장

- ◆ 감기예방
- ◆ 실내의 공기정화
- ◆ 기관지 천식, 알레르기 비염, 축농증
- ◆ 악취제거, 곰팡이 냄새 제거
- ◆ 불면증 환자 숙면에 도움
- ◆ 컴퓨터 전자파 차단
- ◆ 흡연 장소, 탁한 사무실
- ◆ 아토피성 피부염 및 피부 알레르기 개선

음이온은 환경파괴와 대기오염으로부터 생명을 지키며 각종 질병으로부터 당신을 보호합니다.



소금 소개

식용 소금

태고의 옛날에 아시아대륙과 인도대륙 사이에 테스치해라는 바다가 있었습니다.
히말라야 조산운동을 통해 이 바다의 해수가 결정되어 거대한 소금바위를 형성했고,
이 거대한 소금바위는 히말라야의 청정지역에 자리잡게 되었습니다.
수억년 동안 지구 속에 묻혀져 천연의 신비를 간직해온 '히말라야 미네랄 소금'은
일반 소금과는 달리 미네랄과 요오드가 포함되어 있어, 맛도 순하고 우리 몸에도 도움이 되는 소금입니다.

환경오염이 심한 요즘, 물과 소금만큼은 좋은 것을 섭취해야 합니다.
히말라야 암염은 일본에서도 인정받는 소금입니다.
지구상에서 변하지 않는 것은 '금'과 '소금' 뿐입니다.

맛있는 천연염입니다.

현대 식생활에 사용되는 소금은 대부분 염화나트륨 99% 이상의 화학염입니다. 만일 우리 몸이 염소와 나트륨 두 가지만 과잉섭취 하게되면 신체 밸런스가 깨져 고혈압이나 암 등의 질환을 일으키는 원인이 됩니다. 천연염은 현대인에게 손실되기 쉬운 미네랄이 다량 함유되어 있지만, 해양오염이 심각한 요즘 바닷물로 만든소금은 100% 믿고 먹을 수인은 없습니다. 이미 수억년 전에 결정되어 오염될 틈이 없는 히말라야 미네랄 소금 - 알 그대로 천연염 중에서도 인정받는 천연염입니다.



소금 소개

항토용기에 한번 더 구웠습니다.(용용)

소금은 물에는 매우 약하고 물의 온도가 높을수록 녹는 소금의 양도 많아집니다. 하지만 불에는 매우 강해서 일반 가스레인지로는 녹일 수 없을정도이고 소금이 녹는 온도는 쇠가 녹는 온도와 비슷합니다. 만약 낮은 온도에서 소금이 녹는다면 그것은 소금이 아니라 불순물입니다. 소금은 약 1000°C의 온도에서 녹으며 1300°C가 되면 기체로 사라집니다. 따라서 가장 질 좋은 소금을 얻으려면 800~1000°C 이상의 온도로 장시간 가열하여 불순물을 제거하는 것이 좋습니다.

불순물이 없어 일본에선 자연 그대로를 식용으로 사용하는 히말라야 미네랄 소금(일본 대형 백화점과 슈퍼마켓에서 판매 중)을 국내에서 항토용기에 담아 800~1000°C 이상에서 다시 가공(용용)하여 안심하고 청정한 맛을 즐길 수 있으며, 국·찌개용, 조리용, 로스용, 김치담금용 등 용도가 다양합니다.

소금의 역할

- 정혈작용 ·지혈작용 ·해열작용 ·소염작용 ·진통작용
- 체질개선 ·신진대사 촉진(체내 노폐물과 독소를 배설)
- 삼투압 체액 균형 ·지방분해 ·부패방지

소금이 주는 도움

- 뼈, 치아, 피, 세포의 원료 (Ca, K, P, S, I 등)
- 신선도를 유지함
- 신진대사 주도(영양물을 필요물질로 전환주도)
- 체액의 적정 알칼리화, 체내는 물론 풍치, 치통, 치아건강에 관계
- 피부강화 (피부탄력, 피부치료, 주근깨 / 기미제거, 탈모방지 등)
- 본초강목(本草綱目)에서는 명치 아플 때, 체했을 때, 담과 위장 열강하, 살균, 해독, 피부병 치유, 식욕, 부패방지, 오미를 증진시킨다고 했다.
- 허준의 '동의보감 탕액' 편에서는 소금의 본성은 따뜻하고 맛이 짜며 독이 없고, 독기를 다스린다고 했고, 한의학에서는 소금은 모든 약을 만드는데 근본이 되는 물질로 정의.

소금은 이런 생명현상의 필수 영양물질의 하나인 무기질, 미네랄의 제 1공급원입니다. 인체의 성장, 건강유지와 매우 밀접한 관계를 맺고 있습니다.

소금의 진실

소금을 적게 먹어라, 싱겁게 먹어라 하는 것은 소금내의 불순물 때문입니다.



Lohas Your Life!

그린패밀리

GREEN FAMILY

소금 소개

「소금」을 바로 알면 「건강」이 보인다!

소금은 바닷물을 염전에 끌어들여 햇빛(태양에너지)으로 증발시켜 만듭니다. 그런데 요즘의 소금은 해수오염으로 농약 등 독한 화학 물질이 소금 결정체에 포함되어 안심할 수 없게 되었습니다.

구체적으로 말하자면 소금에는 아래와 같은 불순물이 포함되어 있습니다.

- 간수 : 단백질 응고제
- 가스 : 고혈압 및 뇌일혈의 원인
- 벨 : 각종 결석 및 동맥 경화의 원인
- 기타 : 농약 성분, 비소, 납, 수은, 카드뮴 등

이런 이유로 싱겁게 먹다보니 현대인은 소금부족으로 성인병에 시달리게 되었습니다.

- 소금은 인체의 불순물을 분해시켜 땀이나 소변으로 배출합니다.
- 소금은 혈액을 맑게 합니다. - 부족시 혈액이 탁하게 되어 고혈압, 동맥경화, 폐혈증 등의 원인이 됩니다.
- 소금은 체온을 가장 이상적으로 유지시켜 줍니다.
- 몸이 냉할 때 온도를 높여주는 물질이 소금입니다. 소금이 부족하면 각종 냉병에 걸립니다.

• 웰빙 식용염세트 A



홍삼식염 50g, 콜로카다시용 50g, 미네랄식염 50g, 디에탈식염 100g8

• 웰빙 식용염세트 B - (주)SNPLUS, Lifer용



홍삼식염 50g, 디에탈식염 50g2, 미네랄식염 100g8

소금 소개

미용 소금(유황염)

일본 물연구소에 의하면 물 1ℓ 에 '히말라야 유황염' 1g을 넣으면 고혈압과 유황의 양이 광천의 수질기준에 적합하다는 연구결과가 나왔습니다. 이제 가정에서도 유황은천육의 효과를 만끽하여 부드럽고 매끈한 피부를 유지하세요.

유황미용염의 효과

유황은천육은 상처, 화상, 만성피로, 허약아동, 만성피부병, 당뇨병, 고혈압, 동맥경화, 신경통, 근육통, 관절통, 요통, 류마티스, 운동마비, 관절경직, 타박상, 만성소화기병, 위약, 손발냉증 등에 매우 좋다. 소금은 우리의 인체 속 체액에 많은 영향을 미칩니다. 즉, 각종 피부에 생기는 여러가지 문제에 유황 미네랄 소금이 좋은 영향을 줄 수 있다.

특징

아름다운 구운 죽업과 같이 검은 자색빛을 나타낸다. 물에 녹으면 검은색으로 변한다. 전용크림과 혼용시 그 크림이 가지고 있는 장점을 더욱 살릴 수 있다. 백반석 삶은달걀의 노른자위 냄새가 난다.

주요성분

나트륨, 칼륨, 칼슘, 마그네슘, 철, 동, 염소이온, 요오아이온, 황화물(일반수도 +570 전후에 대하여 염염을 물에 용해 시키면 -265로 환원된다. 산화환원력 1835)



사용방법

세안이나 전신맛사지

1. 따뜻한 물로 샤워를 한 후, 유황소금을 욕조의 물에 타서 몸에 직접 맞사지 하듯 발라도 좋고, 자극이 강하다고 느낄 때는 물에 용해 시켜서 사용하면된다. 이때 강한유황 냄새가 난다.
2. 2~3분이 지난 후 전신을 부드러운 타올 등으로 닦은 후
3. 비누등을 이용해서 마무리를 해도 되며, 물로만 샤워를 해도 무방하다.

목욕

1. 따뜻한 물로 샤워를 한 후
2. 유황소금이 담긴 욕조에 들어가 머리등을 김으며 38~42℃ 정도의 더운물에 5~10분 정도 목욕을한다.

Sulfur Bath Salt



Lohas Your Life!

로하스패밀리

로하스패밀리

소금 소개

◆ 아토피

간단하게 샤워를 마친 후 미지근한 물에 0.2~0.4%의 유황소금을 탄 물을 머리에서부터 끼얹으며 20분 정도 반욕을 한다. 반욕을 마친 후 유황 소금을 참기름 또는 베이비 오일과 혼합하여 아토피가 심한 부위에 골고루 살짝 문질러 준다. 처음 사용시엔 따가움을 동반한다. 어린이들은 유황소금의 양을 조절하여 점차적으로 늘려 간다.

유황소금을 바른 후 환부에 따라 차이는 있지만 약 5~10분 정도가 지나면 따가움이 진정기미가 보인다. 진정기미가 보이면 흐르는 물에 환부를 씻어준다.

◆ 무좀, 습진

유황소금을 사용할 때는 균을 잡는 것이므로 더운물 보다는 찬물로 하는 것이 더 효과적이다.

물의 온도는 15~18℃. 갑자기 찬물의 자극에 의해 동맥을 수축시킨 후 점차로 확장시키는 방법으로서 무좀균을 잡음과 동시에 혈액순환을 높임으로써 혈관의 기능을 향상 시키는데 도움이 된다. 탕을 하는 방법으로는 발을 완전히 담글 수 있는 용기에 물의 양 대비로 1~2%의 유황소금을 첨가한다 (물의 양 대비 1%란 물 1리터에 유황소금 10g)

먼저 따뜻한 물에 손 발을 깨끗이 씻은 다음, 준비한 유황소금을 첨가한 물에 약 15분에서 20분 정도 손 또는 발을 담가 각탕을 한다.

탕을 마친 후 완전히 수분을 제거한 다음 각탕을 하고난 물에 적당량의 유황소금을 크림타입으로 만들어 무좀과 습진이 심한부위에 문질러준 다음 연장갑 또는 연양말을 신고 잠을 자고나면 확연히 달라진 것을 느낄 수 있을 것이다.

◆ 두피질환

따뜻한 물에 유황 미네랄 소금 비누로 간단히 샴푸를 한 다음 유황 소금을 2~3%(1%란 물 1리터에 1g)정도를 넣고 2차 두발 샴푸를 한다.

2차 샴푸시에는 유황 미네랄 소금 비누로 손끝으로 부드럽게 지압을 하면서 5분간 마사지 하고 행구어 낸다음 린스로 마무리 한다. 린스로 마무리 할때에는 흐르는 물에 깨끗이 행구어 내야한다. 이와같은 방법으로 매일 한번씩 1주일 정도면 효과를 볼 수 있다.

◆ 구강질환

양치질을 할때 칫솔에 치약을 묻힌다음 유황소금을 살짝 찍어 사용하고 양치물로 유황소금을 희석한 물을 사용한다.

구취와 잇몸질환이 심한 상태에선 휴대용 가글제와 같이 음료용 물 500cc에 유황소금 5g정도(잇몸상태와 취향에 따라 가감함)를 타서 휴대하고 다니면서 수시로 가글하면 잇몸질환과 구취에 많은 효과를 볼 수 있다.



Lohas Your Life!

그린패밀리

TRAVELER