

happy mineral

antistress mineraal

TOEPASSING MAGNESIUM PRODUCTEN	KRISTALLEN	OLIE	GEL	SPORTOLIE, -GEL	ALOE VERA GEL	CITRAAT	BODYSCRUB
	in ligbad	voeten, buik, oksels insmeren/inmasseren	bij massages (sport, ontspanning)	aanbrengen op lokaal fysieke pijnplekken	voor de gevoelige huid	orale inname	zachte huid
	in voetbad	lichaam inspraken (daar waar je bij kunt)	bij lichaamsdruk		eczeem / psoriasis	bij boost	bij boost
KLACHTEN of HULP BIJ							
aderverkalking	X						
ADHD / ADD*	X	X	X	X	X	X	X
aften	X	X ¹					
allergieën	X						
angsten (existentieel)*	X	X	X				
astma, bronchitis	X						
autisme	X						
baby, huilbaby	X	NEE	NEE	NEE	X	NEE	NEE
blessures	X	X	X	X		X	
bloeddruk (hoge)	X	X	X				
borstvoeding	X	X	X	NEE	X		
brein*	X	X	X				
buikpijn	X	X	X				
burn-out*	X	X	X		X	X	
chemokuur, kanker**	X	X	X		X	NEE	
cholesterol (hoog)	X	X	X				
concentratieproblemen	X	X	X				
cyclusklachten	X	X	X				
depressie (chronisch, postnataal, winter)	X	X	X		X		
diabetes	X	X	X				
dialyse, verminderde nierfunctie**	X	X	X	X		NEE	
galstenen	X	X	X				
gedragsstoornissen*	X	X	X		X		
gewrichtspijn, reuma, artritis, artrose*	X	X	X	X			
groeipijn	X	X	X		X		
hartziekten, hartkloppingen	X	X	X				
hersenen, verminderd geheugen, Alzheimer, Parkinson**	X	X					
hielspoor	X	X	X	X	X		
hoofdpijn, migraine*	X	X	X	X			
hoogsensitief*	X	X	X	X	X	X	X
hooikoorts	X						
huidhydrateren	X	X	X		X		X
huidklachten; acné, eczeem, psoriasis*	X	X	X		X		X
huidvernieuwing	X	X	X				X
insectenbeten, kleine wondjes	X				X		
jetlag	X	X	X			X	
jeuk	X	X	X		X		
kalknagels	X	X					
kind	X	X	X		X		
lusteloosheid	X	X	X				
medicatiegebruik, antihistamine, pijnstillers, anticonceptie, hoge bloeddruk, anti depressiva, prednison, Ritalin*	X	X	X			X	
menstruatiepijn en PMS*	X	X	X				
nachtdiensten, onregelmatige werktijden	X	X	X			X	
nek - schouders (stijf, pijn)	X	X	X	X			
nervositeit	X	X	X				
nierstenen	X	X	X				
obesitas, overgewicht	X	X	X			X	
obstipatie	X	X	X	X		X	
oedeem	X	X	X	X			
onrustgevoelens	X	X	X				
ontgiften	X	X	X				
osteoporose / botontkalking	X	X	X	X			
overgangsklachten*	X	X	X				
parodontitis	X	X ¹					
prikkelbaarheid	X	X	X				
rusteloze benen / restless legs syndroom	X	X	X		X		
saunagebruik*	X	X	X		X		X
schaamstreek (infecties)	X	X					
senioren	X	X	X	X	X		
slaapproblemen, melatonine gebruik*	X	X	X				
spierkramp, spierpijn	X	X	X	X			
sporten (intensief)*	X	X	X	X		X	
stemmingswisselingen	X	X					
stress, druk hoofd*	X	X	X			X	
tennisarm	X	X	X	X			
tintelingen	X	X	X				
trillend ooglid	X	X	X				
verbranding vetten en koolhydraten	X	X	X			X	
verkoudheid	X	X	X				
vermoeidheid (chronisch)	X	X	X				
verouderingsklachten	X	X	X		X		
voeten (koud, overbelast, schimmel)	X	X	X				
woede, agressie	X	X	X				
zenuwpijn	X	X	X	X			
zenuwstelsel (gespannen)*	X	X	X				
zwangerschapskwaaltjes	X	X	X				
zwangerschapsvergiftiging	X	X	X	NEE			

*advies: start met een intensieve kuur

**overleg altijd met je huisarts of medisch specialist

¹ maak mondspoeling van magnesiumolie

NB: citraat en bodyscrub kunnen bijna altijd worden ingezet, gebruik dit als extra in- of opname