DE HOLISTISCHE BEHANDELING VAN

Acne



Van binnen én buiten

Door Skin District &
Gezondheidspraktijk Noordzij

In dit E-book hebben Skin District Clean Beauty Concept Store en Praktijk Noordzij hun krachten gebundeld! Met de juiste producten en de juiste leefstijl aanpassingen kun je een acne/onzuivere huid echt onder controle krijgen!

Inhoudsopgave

Nice to meet you! 1
Belangrijke factoren van acne 3
Hormonen en acne 4
De reguliere behandeling van acne 5
De holistische behandeling van acne 6
Voeding bij acne 8
Kruiden en supplementen 10
De Esse-oplossing voor acne 12
- Esse Clarifying Cleanser 12
- Esse Clarifying Oil 13
- Esse Clarifying Serum 15
- Esse Spot Corrector 16

Salon behandeling 17
Bloedonderzoek 18

Nice to meet you!

Leuk dat je dit E-book hebt aangevraagd! Aangezien dit E-book over Acne gaat, gaan wij ervan uit dat jij helaas last hebt van puistjes en onzuiverheden. Acne is een super vervelend huidprobleem. Wellicht heb je ook al van alles geprobeerd om jouw klachten aan te pakken, maar zonder resultaat. Geef de hoop op een stalende huid niet op!

In dit E-book hebben Skin District Clean Beauty Concept Store en Gezondheidspraktijk Noordzij hun krachten gebundeld! Met de juiste producten en de juiste leefstijl aanpassingen kun je een acne/onzuivere huid echt onder controle krijgen!

Wie zijn wij?

Skin District:
Skin District bestaat intussen al bijna 5 jaar en heeft een langgekoesterde droom laten uitkomen want sinds 1 oktober heeft Skin District haar eerste Clean Beauty Concept Store geopend! Bij Skin District staat, vanuit holistische invalshoek, clean beauty skincare centraal. Clean Beauty zou de regel moeten zijn en niet de uitzondering! Onze missie is het bewust maken en helpen van (voornamelijk) vrouwen om clean beauty een moeiteloos onderdeel te laten zijn van hun dagelijkse routine. Onze Concept Store bestaat uit een shop gedeelte met natuurlijke, non-toxic clean beauty **skincare** producten, **duurzame producten zoals kaarsen, aura sprays, sieraden en nog veel meer**, een ruimte voor workshops, office & een state-of-the-art treatment room waar holistische facials en massages worden gegeven. **Bovendien heeft Skin District ook een webshop, www.skindistrict.nl**



Gezondheidspraktijk Noordzij:
Gezondheidspraktijk Noordzij helpt sinds 3 jaar mensen met diverse gezondheidsklachten naar een vermindering hiervan. Dit doen we met behulp van diverse **(bloed)onderzoeken** waarin we gaan kijken naar de interne status van het lichaam. Aan de hand van de test-resultaten gaan we samen aan de slag op het gebied van (orthomoleculaire) **voeding, leefstijl en mindset** met als doel het verminderen van de gezondheidsklachten. Wij hebben ons gespecialiseerd in het verbeteren van **huidklachten zoals acne, rosacea, eczeem en psoriasis** en werken voornamelijk samen met schoonheidssalons en huidklinieken. **Gezondheidspraktijk Noordzij heeft 10+ locaties door Nederland en geeft ook online consulten.**



Acne

Acne is een modern probleem. Meer dan 80% van de tieners en ongeveer 4% van de volwassenen heeft last van acne.

Belangrijke factoren van acne

Er zijn 4 belangrijke factoren die acne veroorzaken:

1. **Hoge talg productie**: Talg wordt afgescheiden door de talgklieren in onze huid en de huid beschermt tegen uitdroging en externe factoren. Een verhoogde productie van deze vettige stof kan een verstopping van de poriën veroorzaken, wat resulteert in mee-eters of kleine puistjes. Hormonen spelen een rol bij de ontwikkeling van acne, aangezien ze de talgproductie reguleren. Een verhoogde hormonale activiteit (voornamelijk mannelijke hormonen / androgenen) kan daarom leiden tot een verhoogde talgproductie. De hormoonspiegels kunnen tijdens bepaalde fasen van jouw leven veranderen (bijvoorbeeld: menstruatiecyclus, puberteit, zwangerschap, ziekte) en als gevolg hiervan kunt je op bepaalde momenten meer acne krijgen.
2. **Opeenhoping van dode huidcellen bij de uitgang van het haarzakje**: Onze huid vernieuwt zichzelf elke 28 dagen. Tijdens dit vernieuwingsproces bewegen nieuwe huidcellen van de onderkant naar het huidoppervlak. De huidcellen ondergaan tijdens hun beweging naar het huidoppervlak een verandering in vorm en samenstelling. De bovenste cellen worden 'corneocyten' genoemd en bestaan uit oude, dode huidcellen die de huid afschilferen. Op deze manier kunnen nieuwe cellen naar de oppervlakte bewegen. Er worden dus voortdurend nieuwe cellen gemaakt en oude cellen schilferen voortdurend af. Bij Acnehuidjes is er onvoldoende afschilfering (afstoten) van de dode huidcellen. Aan het huidoppervlak "kleeft" als het ware een opeenhoping van deze oude huidcellen. De combinatie van opeenhoping van dode huidcellen en een verhoogde talgproductie resulteert in verstopping van de poriën en de ontwikkeling van acne.
3. **Bacteriële overgroei**: Acne bultjes rijk aan talg, vormen een ideaal groeimedium voor de anaërobe Propionibacterium Acnes-bacteriën. Deze bacterie is altijd aanwezig op de huid maar kan onder bepaalde omstandigheden (idealiter een zuurstofarm kweekmedium zoals talg) extreem groeien.
4. **Ontsteking**: Door de aanwezigheid van grote aantallen slechte bacteriën, begint je immuunsysteem te reageren en worden de bultjes uiteindelijk ontstekingen. Onbehandeld kan dit weer tot acnelittekens leiden. Aangezien het gezicht een hogere concentratie talgklieren heeft komt daar acne het meest voor, maar het kan ook op andere plekken opspelen.

Hormonen en acne

Newsflash: je hormonen zijn niet de hoofdoorzaak van acne. Huh, wacht eens even. Meen je dat echt? Jazeker! Het is één van de grootste misvattingen ooit dat acne wordt veroorzaakt door een hormonale disbalans. We snappen de verwarring, aangezien acne meestal tijdens de puberteit ontstaat.

Maar hoe kunnen we dan al die gevallen verklaren waarin acne opeens opspeelt na bijvoorbeeld de zwangerschap of na het 30ste levensjaar - wanneer de puberteit al lang voorbij is? **Omdat acne niet door hormonen wordt veroorzaakt, maar door een bacterie genaamd streptokokken.** Deze bacterie vermenigvuldigt zich als gevolg van een zwak immuunsysteem dat het resultaat is van een ongezond voedingspatroon, te weinig beweging en stress.

Nu horen we je denken 'Is de acne rondom mijn kin ook niet hormonaal? Dat dacht ik altijd! En waarom krijg ik dan meer puistjes als ik ongesteld ben?' Tijdens de menstruatiecyclus is het immuunsysteem voor 80% minder actief omdat het grootste gedeelte van de energie gaat naar het ondersteunen van ons voortplantingssysteem. Dat betekent dat het immuunsysteem nog maar voor 20% beschikbaar is om ziektekiemen in je lijf te bestrijden, waaronder de streptokokken welke verantwoordelijk zijn voor de acne. Hierdoor kan acne naar de oppervlakte komen of verergeren tijdens deze periode. Je hormonen veroorzaken dus niet de acne zelf, maar beïnvloeden het wel.

´Hormonen beïnvloeden je acne, maar zijn niet de veroorzaker!´

De reguliere behandeling van acne

Misschien herken je het wel: je gaat naar de huisarts met je acneklachten. De huisarts geeft je een hormoonzalfje, antibiotica of andere medicatie zoals roaccutane. ´Kom over 8 weken maar terug, dan gaan we kijken of het heeft gewerkt.´ geeft de huisarts aan. De eerste paar weken merk je dat het medicijn effect heeft. Je hebt minder ontstekingen en je huid ziet er zuiverder uit. Echter, na een langere periode kom je weer terug bij de huisarts omdat de acne weer in dezelfde mate terug is gekomen of in veel gevallen 2 keer zo erg is teruggekeerd.

Hoe zit dat precies? Deze middelen pakken niet de **oorzaak** aan van je acne, maar verminderen slechts tijdelijk de ernst ervan. Het is meestal een tijdelijke oplossing. In mijn praktijk zie ik dit vaak terugkomen... mensen hebben dan niet alleen een heftige hormoonkuur achter de rug, maar deze hormonen plegen een grote aanslag op je gezondheid en kunnen je klachten juist verergeren. Bovendien brengen ze je darmen flink uit balans. En dat wil je juist niet, want jouw darmen spelen een grote rol in de werking van je immuunsysteem.

De kernoorzaak van acne, de overgroei van de streptokokken, zijn bovendien resistent voor vele vormen hiervan én kan medicatie zelfs als brandstof gebruiken waardoor hij zich nog sneller kan vermenigvuldigen. Met als resultaat een verergering van de acne. Maar hoe kun je acne dan wel effectief behandelen zonder je lichaam meer schade aan te doen? Het antwoord ligt in een holistische benadering.

´Medicatie tegen acne is
geen blijvende oplossing.´

De holistische behandeling van acne

Versterk je immuunsysteem

Laten we het even nogmaals herhalen: medicatie is géén blijvende oplossing bij acne! Omdat acne wordt veroorzaakt door een bacterie bestaat de behandeling van acne allereerst uit het opbouwen van een sterk functionerend immuunsysteem.

Bacteriële overgroei en ontstekingen krijgen meer kans als het immuunsysteem niet optimaal werkt. Het immuunsysteem verzwakt door slechte voeding, gebrek aan lichaamsbeweging en stress. Maar ook een antibiotica kuur tast ons afweersysteem aan!

Het ondersteunen van de werking van je lever en je lymfen spelen hier een belangrijke rol in. Door je immuunsysteem te ondersteunen waardoor deze in staat is om de streptokokken in je lichaam onder controle te houden! Het is dus mega belangrijk wanneer je acne wilt verminderen, om naast de juiste huidverzorgingsproducten ook jouw voeding en leefstijl patroon aan te pakken

Gebruik geen agressieve producten!

Helaas bevatten veel reguliere producten nog agressieve ingrediënten die de huid irriteren en de barrièrefunctie aantasten. Zo kunnen ziekteverwekkers en toxines binnendringen en het immuunsysteem van de huid activeren, wat ontstekingen veroorzaakt.

Het andere effect van deze agressieve ingrediënten is dat zij de huid strippen van zijn natuurlijke oliën er zo voor zorgen dat de talgklieren nog meer olie gaan produceren. Je komt als het ware in een vicieuze cirkel.

Ook verwijderen agressieve reinigers ook een groot deel van de goede bacteriën op het huidoppervlak. Zo hebben slechte bacteriën meer kans huidproblemen aan te richten.

Ingrediënten die je liever wilt vermijden zijn:

- SLS/SLS: Deze stoffen zorgen voor een schuimend effect in producten, maar zijn uitdrogend, stimuleren de talgproductie en zijn zeer irriterend.
- Emulgatoren (PEG en Ceteareth-25): Deze stoffen werken uitdrogend en hebben risico op gevaarlijke reststoffen als 1,4 dioxaan.
- (Synthetisch) Parfum: Parfum is vaak de veroorzaker van dermatologische reacties en ook bevat het vaak ftalaten die een slechte werking hebben op de hormoonhuishouding.

- Conserveringsmiddelen (Benzoic Acid, Butylparaben (parabenen), Chlorhexidine, Chlormethylisothiazolinon, Digluconate, Ethylparaben (parabenen), Formaldehyde Methyl-paraben (parabenen), Phenoxyethanol, Propylparaben (parabenen), Triclosan). Deze conserveringsmiddelen zijn sterk allergiserend, versnellen het verouderingsproces van de cellen en kunnen invloed hebben op hormonen (parabenen zijn ook ontdekt in weefsel van borstkanker).
- Minerale olie (Petrolatum, Vaseline, Parafinnum, Ceresin, Ozokerit, Cera microcrystallina). Minerale olie is een afvalproduct uit de olie-industrie en vaak het hoofdingrediënt voor een crème omdat het goedkoop is. Minerale olie doet echter niets voor de huid. Het sluit je huid af met een waterdicht laagje, waardoor je huid niets meer kan opnemen of uitscheiden. Het gevolg is dat je huid uit balans raakt. Hij wordt droger (en veroudert dus sneller) of juist vetter waardoor je verstoppingen krijgt.

Het belang van Vitamine D Synthese

Onze huid heeft zonlicht nodig om vitamine D aan te maken. Vanwege onze moderne levensstijl binnenshuis, evenals het overmatig gebruik van zonnebrandcrèmes, hebben we onze blootstelling aan zonlicht aanzienlijk verminderd, wat heeft geresulteerd in vitamine D-tekort bij veel mensen, zelfs in zonnige landen.

Mensen met een moderne, westerse levensstijl brengen gemiddeld 93% van hun tijd binnen of in een afgesloten voertuig door. Dit is een zeer recent fenomeen en voor onze hele evolutionaire geschiedenis zijn mensen elke dag vele uren buiten geweest en blootgesteld aan zonlicht, wat resulteert in veel hogere vitamine D-niveaus dan tegenwoordig gebruikelijk zijn. Vitamine D-niveaus gemiddeld rond 20ng/ml in verwesterde culturen, maar normale vitamine D-niveaus voor jager-verzamelaars liggen tussen 40 en 60ng/ml.

Calcitriol is de biologisch actieve vorm van vitamine D3. Het voert meerdere rollen in de huid uit, zoals:

1. Reguleren van de immuunrespons en verminderen van ontstekingen.
2. Reguleren van de cellen die talg produceren (sebocyten) om zo de talproductie te verminderen.
3. Verbetering van de barrièrefunctie om ontstekingen te verminderen.
4. Verhoging van de productie van antimicrobiële peptiden (AMP's) in huidcellen om bacteriële overgroei te verminderen.

De ernst van Acne is gekoppeld aan vitamine D tekorten. Hoe lager het vitamine D-niveau, hoe ernstiger de acne.

Voeding bij acne

Wat je dagelijks in je mond stopt heeft een stimulerend of remmend effect op de groei van de bacteriën die acne veroorzaken. Daarom is stap één het maken van aanpassingen in je voedingspatroon. Deze voedingsmiddelen werken als een natuurlijke antibiotica waardoor ze de streptokokken de das om doen:

✓ Knoflook en ui
✓ Groene bladgroenten zoals spinazie, boerenkool, sla
✓ Kersen, bessen en bramen
✓ Bananen
✓ Wilde blauwe bessen
✓De kruiden en specerijen pepermunt, salie, tijm, gember, kurkuma, oregano, cayennepeper en kaneel
✓ Komkommer
✓ Tomaat
✓ Rode paprika
✓ Pompoen
✓ Zoete aardappel

Des te meer (kwalitatief goede, liefst biologische!) groenten en fruit je eet, en dus vooral bovenstaande, des te meer energie en juiste stofjes jij in je lichaam hebt om de streptokokken te verminderen in jouw lever en lymfen. Daarnaast helpt het om de inname van deze producten te verminderen:

✗ Vlees en vis (in hoge hoeveelheden en van slechte kwaliteit)
✗ Eieren (ook biologische)
✗ Koeienzuivelproducten (alle)
✗ Geraffineerde suikers
✗ Kleur-, geur- en smaakstoffen
✗ Gluten en tarwe
✗ Koolzaadolie
✗ Alcohol
✗ Mais

Voeding is één van de grootste factoren die invloed heeft op het verergeren of verminderen van acne. Maar zoals met elke ziekte/aandoening geldt: er zijn altijd nog meer factoren die invloed hebben op je acne. Denk aan stress, vitamine- en mineralentekorten, te weinig slaap, te weinig beweging, medicijngebruik en natuurlijk je verzorgingsproducten. Zorg dat deze zo min mogelijk chemische en synthetische stoffen bevatten, kies bijvoorbeeld voor de producten van Skin District!

Het opheffen van voedingstekorten

Door ons Westerse voedings- en leefpatroon en de verhoogde blootstelling aan toxinen en pesticiden ontstaan er op den duur tekorten aan belangrijke stoffen zoals:

- De vitaminen A, B1, B2, B3, B5, B6, B11, B12, C, D en E
- De mineralen calcium, chroom, jodium, ijzer, magnesium, selenium, silicium en zink
- De onverzadigde omega 3 vetzuren
- Het onverzadigde vetzuur omega-6-GLA
- Het aminozuur trypofaan
- De fytonutrienten resveratrol, OPC en kaempferol

Het is belangrijk dat de bovenstaande stoffen in optimale hoeveelheden in het lichaam aanwezig zijn. Om jou hierin persoonlijk te adviseren hoe je dit het beste kunt doen zouden we je willen aanraden om een afspraak in te plannen bij Gezondheidspraktijk Noordzij. Met een bloedonderzoek kunnen we precies jouw voedingstekorten meten en vervolgens gericht gaan opheffen.



Kruiden en supplementen

Naast het maken van aanpassingen in je voedingspatroon kunnen bepaalde kruiden en supplementen ook helpen bij het verminderen van acne. De onderstaande kruiden/stoffen kunnen je immuunsysteem ondersteunen en zo dus de werking van je lever en lymfevaten optimaliseren:

- **Brandnetel:** stimuleert de maagzuurproductie waardoor de lever minder hard hoeft te werken in de spijsvertering. Brandnetel koelt de lever ook af, wat nodig is bij een verhoogde toxinenconcentraties en ondersteunt de leverontgifting.
- **Cat's claw:** een bijzondere plant uit Peru die bekend staat om zijn ziektebestrijdende werking. Ook bij acne kan deze plant worden ingezet om de streptokokken te bestrijden. Daarnaast ondersteunt dit kruid de leverwerking.
- **Chaga:** een paddenstoel welke de ontgifting van de lever ondersteunt. Chaga werkt ook goed tegen stress.
- **Curcumine:** het bestanddeel in geelwortel (kurkuma) waaraan alle positieve gezondheidsvoordelen worden aan toegewezen. Curcumine bevat belangrijke fytonutriënten welke helpen het bloed te zuiveren van toxinen en andere gifstoffen.
- **EPA en DHA:** deze omega vetzuren zorgen niet alleen voor een goede bloedsomloop en houden de bloedvaten en het hart gezond, maar werken ook ontstekingsremmend.
- **Gember:** gember is een verwarmend kruid wat de lever helpt 'af te koelen' van zijn drukke bezigheden. Gember zorgt er ook voor dat er meer maagzuur en gal wordt geproduceerd waardoor de algehele spijsvertering beter verloopt. Gember zorgt ook voor een verbeterde afvoer van vetcellen vanuit de lever.
- **Canadese geelwortel:** wanneer canadese geelwortel aankomt in de lever gaat het gelijk een gevecht aan met de ziekteverwekkers die huizen in de lever. Zowel bacteriën als virussen.
- **Citroenmelisse:** ondersteunt een goedwerkende spijsvertering en is ontstekingsremmend. Het doodt ziekteverwekkers zoals bacteriën en virussen.
- **L-lysine:** een zeer effectief aminozuur wat strijdt tegen virussen.
- **MSM:** zorgt voor een verbeterde afvoer van vetcellen uit de lever en is een onderdeel van elke levercel. Werkt immuunversterkend.
- **Koningskaars:** een sterke anti-bacterieel en –virus kruid. Vermindert ontstekingen en stimuleert de bloedsomloop in de lever.
- **Jodium:** ondersteunt de werking van de lever, stimuleert de galproductie en gaat kankervorming in de lever tegen.

- **Rode klaver:** reinigt het bloed en bevat belangrijke fytonutriënten die zich kunnen binden aan gifstoffen waardoor deze makkelijker kunnen worden afgevoerd uit het lichaam.
- **Spirulina:** bevat veel vitaminen en mineralen en strijdt tegen ziekteverwekkers in de lever.
- **Vitamine B12:** ondersteunt de communicatie tussen de levercellen waardoor de ontgifting efficiënter verloopt.
- **Zink:** zink draagt bij aan de meer dan 2000 chemische functies van de lever. Zink werkt ook immuunversterkend.

Speciale kruidentinctuur tegen acne

Gezondheidspraktijk Noordzij heeft haar eigen kruidentincturenlijn ontwikkeld en heeft speciaal voor alle acnehuidjes (en ook andere huidaandoeningen) een tinctuur gemaakt die ondersteunend kan werken bij het verminderen van acne.

Meer informatie over de kruidentincturen? Stuur een mailtje naar info@praktijknoordzij.nl



De Esse-oplossing voor acne

De Clarifying lijn biedt een nieuwe benadering van acne en maakt gebruik van biotechnologie om de oorzaak van deze inflammatoire huidaandoening aan te pakken. De producten laten de huidbarrière in tact en bevatten Levende Probiotica, Provitamine D en Bakuchiol om de talgproductie te reguleren, teveel groei van bacteriën af te remmen, ontstoken huid te kalmeren en de gezonde microbiële balans te herstellen.

Deze uit 4 producten bestaande lijn biedt een alternatieve aanpak van acne door het gebruik van biotechnologie om de microbiële ecologie van de huid in balans te krijgen, terug naar zijn natuurlijke gezonde staat. De Clarifying lijn bestaat uit een cleanser, olie, serum en spot corrector. De olie en het serum dienen altijd samen gebruikt te worden voor een optimaal resultaat.

Esse Clarifying Cleanser

- Mild en ontgiftend
- 100ml/ 0.5fl. oz. plastic pomp verpakking

Een niet-schuimende en niet-strippende houtskool-geïnfuseerde reiniger die kalmeert met probiotische extracten.

Eigenschappen

> Absorbeert effectief overtollige oliën zonder de huid te strippen
> Vermindert ontstekingen en versterkt de barrièrefunctie.
> Vermindert populaties van gisten zoals Malassezia.
> Level 2 probiotica biedt een geconcentreerd antimicrobieel peptide complex.

Belangrijkste ingrediënten

> Salicylzuur – vermindert de talgproductie, milde exfoliatie en balanceert de pH om een uitgebalanceerd huidmicrobioom te garanderen.
> Bamboe houtskool – absorbeert overtollige oliën en toxines, ontgift de huid zonder de barrièrefunctie te verstoren.
> Lactobacillus Lysaten – biedt een AMP-complex om de populaties van bacteriën op de huid te verschuiven en de groei van slechte bacteriën en ziekteverwekkers te remmen.

100% Natuurlijk | 84% Biologisch

Gebruik

Breng gelijkmatig aan op het gezicht en masseer met rond-draaiende bewegingen. Veeg af met een vochtig doekje. Afspoelen met koud of lauw water.

Esse Clarifying Oil

- Een lichte gemakkelijk absorberende gezichtsolie
- 15ml/0.5fl oz plastic pomp verpakking

Deze gezichtsolie bevat een synergie van levende probiotica om het microbioom te verschuiven en zorgt voor vermindering van aanmaak van sebum.

Eigenschappen
> Bevat Levende Lactobacillus van meer dan 1 miljard KVE per ml.
> Reguleert de immuunrespons.
> Verbetert en remt ontstekingen.
> Reguleert de talgproductie en behoudt de kwaliteit van talg.
> Verbetert de barrièrefunctie.
> Controleert en vermindert bacteriële overgroei.

Esse introduceert vier stammen van levende Lactobacillus probiotica van meer dan 1 miljard kolonie vormen eenheden per milliliter. Lactobacillus is een gezonde bijdrager aan het huidmicrobioom en deze soorten hebben een aanzienlijke vermindering van ontstekingen laten zien, met daarnaast een antischimmel effect en verbetering van de hydratatie van de huid en wondgenezing.

De opname van Provitamine D biedt het startmateriaal dat je lichaam nodig heeft om vitamine D3 te maken, waardoor de synthese in de huid in aanwezigheid van zonlicht wordt gestimuleerd. We raden aan om de huid bloot te stellen aan 15 min zonlicht voordat u een SPF aanbrengt om een goede activering van de vitamine D-synthese te garanderen.

Belangrijkste ingredienten
> Provitamine D – zorgt voor de regulatie van de immuunrespons en verbetert de barrièrefunctie.
> Bakuchiol – controleert bacteriële overgroei, behoudt talgkwaliteit en voorkomt ontstekingen.
> Levende Lactobacillus mix – verbetert de ontstekingsreactie en verschuift het huidmicrobioom positief.

100% Natuurlijk | 65% Biologisch

Gebruik
De ingrediënten in het Clarifying Serum en de Clarifying Oil versterken elkaar en moeten daarom samen worden gebruikt.

Breng 1-2 pompjes van de Clarifying Oil aan op het gelaat voordat u het Clarifying Serum gebruikt om de penetratie van de olie te verbeteren. Pas de hoeveelheid olie aan je huidconditie aan.
's Ochtends en 's avonds gebruiken.



Esse Clarifying Oil

Esse Clarifying Serum

- Huid aanvulling
- 30ml/ 1fl. oz. plastic pomp verpakking

Een serum met 2% salicylzuur om de poriën open te houden en Niacinamide om de olieproductie te reguleren. Probiotische extracten en prebiotische voedingsstoffen om de barrièrefunctie van de huid te stimuleren.

Eigenschappen
> Keratolytische eigenschappen verminderen de kans op geblokkeerde talgklieren.
> Verhoogt de barrièrefunctie door de productie van ceramide te bevorderen.
> Hulpmiddel bij wondgenezing en littekenbehandeling.
>Vermindert ontstekingen door de cytokine cascade te onderbreken.
> Remt de groei van pathogene microben.

Belangrijkste ingredienten
> Salicylzuur – vermindert de populatie van gisten zoals Malassezia en vermindert de talgproductie.
> Niacinamide (Vitamine B3) – vermindert ontstekingen, stimuleert de barrièrefunctie en reguleert de talgproductie.
> Hyaluronzuur – verbetert wondgenezing en littekenbehandeling.
>Getyndalliseerde Lactobacillus – een verbetering van de kwaliteit en kwantiteit van T-splitsingen verbetert de barrièrefunctie.
>Prebiotica – activeert de eigen afweersystemen van de huid.
Myrothamnus – biedt polyfenol antioxidant ondersteuning en snelle hydratatie.

96% Natuurlijk | 81% Biologisch

Contra-indicaties
Over een patch test uit bij overgevoeligheid voor aspirine

Gebruik
Voor het beste resultaat, gebruik na de Clarifying Oil. Breng 's ochtends en 's avonds gelijkmatig 2-3 pompjes aan over de Clarifying Oil.

Esse Spot Corrector

- Gerichte lokale behandeling
- 10ml/ 0.5fl. oz. plastic pomp verpakking

Een gerichte lokale behandeling om tegen puistjes en ontstekingen.

Eigenschappen
> Controleert de overgroei van bacteriën en gisten.
> Behoudt de kwaliteit van talg door de afbraak van squaleen te vertragen.
> Vermindert de vorming van ontstoken comedonen.

Belangrijkste ingredienten
> Bakuchiol – controleert bacteriële overgroei en vermindert ontstekingen.
> Salicylzuur – verminder populaties van gisten zoals Malassezia, verminder de talgproductie en is ontstekingsremmend.
> Niacinamide (Vitamine B3) – vermindert ontstekingen en bevordert de genezing.
> Lactobacillus Lysaten – positief verschuiven van de populaties van bacteriën op de huid, remmen van de groei van pathogene soorten.
> Getyndalliseerde Lactobacillus – verbeterde kwaliteit en kwantiteit van T-verbindingen verbetert barrière functie.

96% Natuurlijk | 59% Biologisch

Contra-indicaties
Doe een patch test bij overgevoeligheid voor aspirine

Gebruik
Breng spaarzaam en direct aan op puistjes of probleemgebieden. Breng 's ochtends en 's avonds aan na de Clarifying Oil en Serum.



Esse Spot Corrector

Salon Behandeling

Naast thuis de juiste producten gebruiken, bieden wij in onze salon de Holistic Balancing Facial. Dit is een zuiverende behandeling perfect voor vette, onzuivere en acne gevoelige huidjes. Tijdens deze behandeling werken wij met de Esse Clarifying lijn en ligt de focus ligt op het reinigen en het kalmeren van de huid. De Facial bestaat uit een welkomstritueel, dubbele oppervlakte reiniging, BHA peeling, een grondige dieptereiniging, reinigend klei masker i.c.m. hoofdhuidmassage, serum en dag of nachtverzorging (+- 60 min). €74,50

Je kunt de behandeling uitbreiden met de Boost Clarifying Ampoule voor nog meer resultaat. Supplement: €15,-

Wanneer je bij het boeken in de notities de code Ebook zet, krijg je van ons de Clarifying Ampoule **cadeau** bij jouw eerste behandeling!



Bloedonderzoek bij Skin District

Bij Skin District geloven wij in een holistische benadering van huidproblemen. Geen symptoom bestrijding, maar op zoek naar de oorzaken en triggers! Daarom werken wij samen met Gezondheidspraktijk Noordzij. Zo kunnen we jou een optimale behandeling bieden van binnenuit én buitenaf!

Hoe werkt het?
We beginnen ieder traject met een intake en een Orthomoleculair voeding- en leefstijlconsult van onze orthomoleculair therapeut Romy Noordzij, gevolg door een huidanalyse door een van de huidspecialisten van Skin District. Op deze manier brengen wij jouw huidprobleem zo goed mogelijk in kaart. Op basis van onze bevindingen stellen we een persoonlijk behandelplan op en geven we je advies over welke producten het beste bij jouw huid passen om ook thuis je huid dagelijks goed te kunnen verzorgen.

Wij zien dat veel huidproblemen vaak voortkomen uit hormonale disbalans, stress, verkeerd productgebruik, leefstijl en vooral voeding. Vaak eet je teveel producten die ontstekingsbevorderend zijn. Ook zien we regelmatig dat er voedingsintoleranties aan ten grondslag liggen of disbalansen in jouw hormoon-, vitaminen- en mineralenspiegels. De snelste manier om hierachter te komen is via het afnemen van een uitgebreid bloedonderzoek. De uitslagen van de bloedtest geven concrete handvatten om problemen duurzaam aan te pakken.



Omdat een bloedonderzoek (via een vingerprikje) zoveel waardevolle informatie geeft, wordt deze test meestal in overleg al ingezet aan het begin van jouw traject bij ons. Zo zijn we snel op de hoogte van wat jouw lichaam nodig heeft en kunnen we hier adequaat op inspelen.

Kosten

- Orthomoleculair voeding-/leefstijlconsult + intake en huidanalyse €74,25*
- Huidprobleem bloedtest: Intakegesprek, Bloedonderzoek en analyse in het laboratorium, Uitslagen en adviezen per e-mail (of tegen en meerprijs op locatie) en persoonlijk advies over voeding, leefstijl en suppletie €255,-*

Een groot aantal zorgverzekeraars vergoedt (een gedeelte van) de consulten van deze diensten vanuit de aanvullende verzekering. Je kunt bij ons een overzicht opvragen. Raadpleeg bij twijfel je eigen verzekeraar of bekijk je polisvoorwaarden.

Bovenstaande consulten zijn elke **eerste zaterdag van de maand** in te plannen. Je krijgt dan eerst een intake bij Romy Noordzij, onze orthomoleculair therapeut gevolgd door de huidanalyse van een Skin District Huidspecialist.

Boek je afspraak nu in via
www.skindistrict.nl/huidproblemen

Tot ziens!

Copyright © 2021,
Skin District & Gezondheidspraktijk Noordzij

Alle rechten voorbehouden. Niets van deze inhoud van dit e-boek mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, opnamen of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van Skin District & Gezondheidspraktijk Noordzij.