



**Naturreiner Löss  
Pulver zur äußerlichen  
Anwendung**

**Gebrauchsinformation,  
bitte aufmerksam lesen**

Luvos-Heilerde 2 wird angewendet in Form von Umschlägen, Packungen und Verbänden, Spülungen, Bädern und Gesichtsmasken zur

**Linderung der Beschwerden der Muskeln und Gelenke bei**

- Prellungen,
- Quetschungen,
- Verstauchungen

**unterstützenden Behandlung bei**

- rheumatischen Beschwerden
- Entzündungen von Magen, Darm und Harnwegen
- oberflächlicher Venenentzündung (z.B. Krampfadern) und Entzündungen der Lymphgefäße
- Entzündungen im Mund- und Rachenbereich, Mundgeruch
- Entzündungen und Druckstellen durch Zahnprothesen
- fettiger, entzündlicher und unreiner Haut (Akne)
- der Therapie zur Fiebersenkung
- Verbrennungen, Sonnenbrand
- kleinflächigen, nässenden Geschwüren
- eiternden Wunden
- Ekzemen
- Unterschenkelgeschwür (Ulcus cruris)
- Allergien
- Neurodermitis (Linderung des Juckreizes)

**Pflege des Haares und der Haut**

- als Gesichtsmaske
- zur Haarwäsche
- als Auflage bei schuppender und juckender Kopfhaut
- zum Peeling

**Was ist Luvos-Heilerde?**

„Heilende Erden“ sind seit alter Zeit bekannt und wurden zur innerlichen und äußerlichen Anwendung schon von berühmten Ärzten des Altertums und Mittelalters empfohlen.

In neuerer Zeit haben vor allem Sebastian Kneipp, der „Lehmpfarrer“ Emanuel Felke und Adolf Just die Erde für die Naturheilkunde wieder entdeckt. Adolf Just, der „Vater“ der Luvos-Heilerde, stellte sein Lebenswerk vor über 100 Jahren unter den

Leitsatz „Kehrt zur Natur zurück!“ Für Just war Heilerde „das beste Heilmittel der Natur“.

Luvos-Heilerde wird unterhalb der Erdoberfläche aus eiszeitlichen Lössablagerungen gewonnen und in einem speziellen Verfahren aufbereitet. Sie wird getrocknet, fein vermahlen und nach Korngrößen gesiebt. Dabei gewinnt man 3 Sorten von Heilerde:

Die feinste Sorte ist *Luvos-Heilerde Ultra* (auch als Luvos-Heilerde Kapseln) sowie *Luvos-Heilerde 1*, jeweils zum Einnehmen, und *Luvos-Heilerde 2* für die äußerliche Anwendung.

**Wie wirkt Luvos-Heilerde bei äußerlicher Anwendung?**

Heilerdewickel und Auflagen werden stets kalt bereitet. Durch den Kältereiz und den Eigendruck des feuchten Heilerdebreis auf den behandelten Bereich werden die Blutgefäße verengt und Muskelspannungen gemindert. Der Stoffwechsel im betroffenen Gewebe verlangsamt sich, Entzündungen werden gedämpft und Schmerzen rasch gelindert. Auch die meist schmerzhaften Schwellungen gehen auf schonende Weise zurück.

Beim Trocknen des Heilerdebreis tritt eine erhebliche Saugwirkung auf. Mit dem Flüssigkeitsstrom von innen nach außen wird überschüssige Gewebsflüssigkeit entfernt, die bei verletzungsbedingtem Gewebserguss entsteht. Beim Trocknen des Heilerdebreis kommt es zu einer wohltuenden Erwärmung auch der tieferen Gewebe, so dass die Heizwärme auch von innen wirken kann. Die Nervenfunktionen werden unterstützt, die Funktion der

Hormondrüsen normalisiert, Kreislauf und Stoffwechsel (Versorgung des Gewebes mit Sauerstoff und Nährstoffen, Abtransport von Stoffwechselschlacken) werden angeregt. Nässende Wunden trocknen leichter ab. Zellgifte, Bakterien und Zersetzungsprodukte werden an die Heilerde gebunden. Die Wundreinigung erstreckt sich durch den Saugeffekt auch auf die darunter liegenden Bereiche.

Bei der Anwendung von Heilerde für Gesichtsmasken tritt die entzündungshemmende, entfettende und porenreinigende Wirkung in den Vordergrund.

Heilerdebäder fördern die Durchblutung der Haut, versorgen sie mit Mineralstoffen, lindern den Juckreiz und wirken desodorierend.

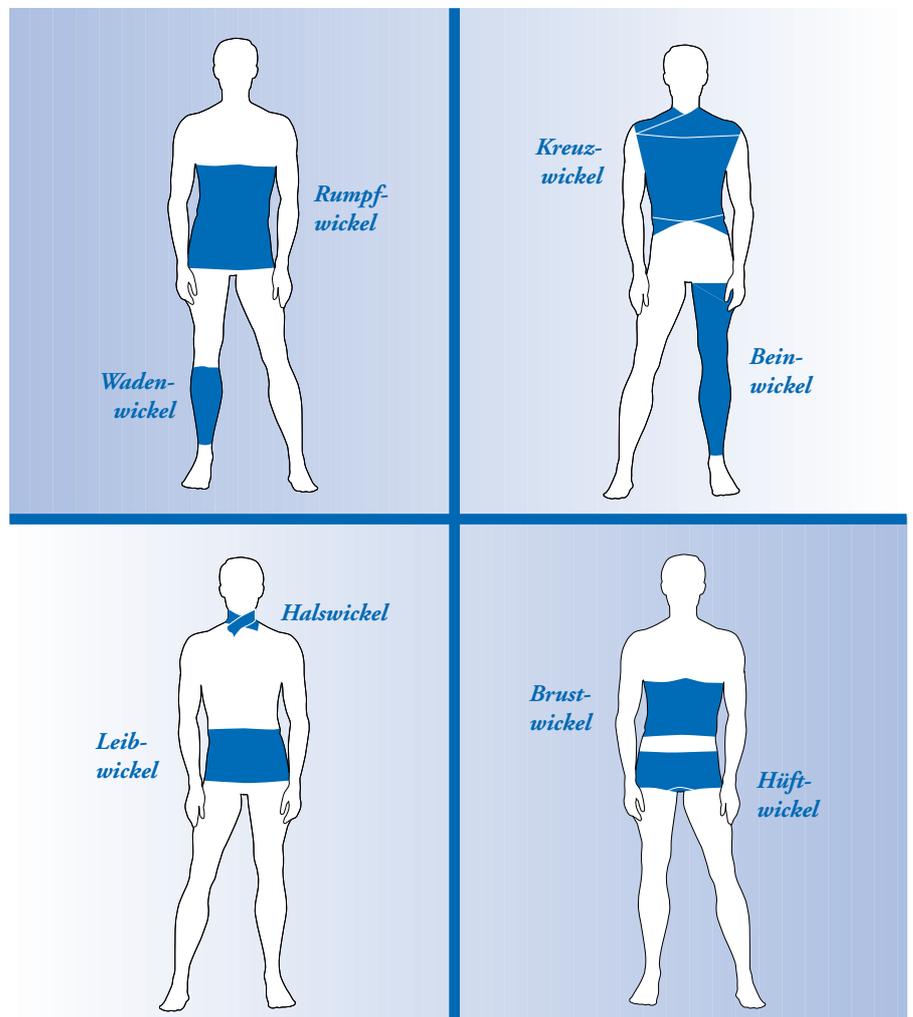
**Woraus besteht Luvos-Heilerde?**

Luvos-Heilerde ist ein reines Naturprodukt ohne chemische oder sonstige Zusätze. Der naturreine Löss der Luvos-Heilerde enthält in stets gleichbleibender natürlicher Zusammensetzung die Mineralien Quarz, Feldspat, Kalkspat, Dolomit, Glimmer und Montmorillonit.

**Wie sollten Sie Adolf Justs Luvos-Heilerde 2 anwenden?**

**Wickel (siehe Abbildungen) und Auflagen**

Das Pulver wird mit kaltem Wasser, Essigwasser oder Kamillentee zu einem salbenartigen Brei angerührt. Dieser streichfähige Brei wird dann für Umschläge (Wickel) oder Packungen (Auflagen) verwendet. Grundsätzlich gilt: Die Dicke des



Heilerdebrei soll mit der Größe des zu behandelnden Gebietes abnehmen. Kleinere Flächen erhalten fingerdicke Auflagen, größere Wickel werden bleistift dick aufgetragen. Man benötigt ein Wickeltuch, das ist ein gröberes Leinentuch, das vor der Anwendung in Wasser getaucht und gut ausge wrungen wird. Man kann den Heilerdebrei nun direkt auf die Haut auftragen und den zu behandelnden Bereich straff mit dem Leinentuch umwickeln oder den Brei auch auf das Wickeltuch aufstreichen. Über das Wickeltuch legt man ein größeres trockenes, luftdurchlässiges Leinen- oder Baumwolltuch, das mit Sicherheitsnadeln befestigt wird. Am besten hüllt man sich in eine Decke und ruht bis zum Trockenwerden des Heilerdebreis.

### Luvos-Heilerde Gesichtsmasken

Wenn die Talgdrüsen zuviel Talg absondern, fühlt sich die Haut fettig an. Sie glänzt, besonders an Stirn, Nase und Kinn (sogenannte T-Zone).

Talg – ein Gemisch von Fettstoffen, Zellen und freien Säuren – schützt die Haut normalerweise vor Austrocknung. Unter bestimmten Bedingungen, z.B. erbliche Veranlagung, Medikamenteneinwirkung u.a., kann es zur Verhornung und Verstopfung der Ausführungsgänge der Talgdrüsen kommen.

Schmutzpartikel und Bakterien nisten sich ein, aus dem anfänglichen Mitesser können durch Entzündungsstoffe der Bakterien Pusteln und Pickel entstehen (Akne). Die Haut rötet sich als Zeichen der Entzündung der betroffenen Bereiche und wird schuppig.

Luvos-Heilerde bindet die giftigen Stoffwechselprodukte der Bakterien, sie öffnet die Luvos-Ausführungsgänge und „saugt“ den Talg ab.

### Wie geht man vor?

Man stellt sich eine Gesichtsmaske mit Luvos-Heilerde 2 selbst her (7 Teile Heilerde werden in 3 Teile Wasser eingerührt, so dass ein nicht tropfender Brei entsteht) oder benutzt die gebrauchsfertige Luvos-Heilerde Gesichtsmaske mit Jojobaöl (Apotheken, Drogerien, Reformhäuser).

Der Heilerdebrei wird direkt mit den Händen auf Gesicht und Hals aufgetragen, wobei man die Augen und Lippen ausspart. Nach 20-30 Minuten ist die Gesichtsmaske getrocknet. (Wenn Sie den Heilerdebrei in dickerer Schicht auftragen, was die Saugwirkung beim Abtrocknen verstärkt, dauert es etwas länger.) Die Maske sieht nach dem Antrocknen grünlich, nach dem vollständigen Trocknen erdiggelb aus. Es sollen keine dunklen Flecken (Restfeuchte) mehr sichtbar sein.

Nach dem Trockenwerden wäscht man mit klarem Wasser oder nimmt die Maske mit einer feuchten Kompresse ab. Man kann zur Entfernung der bei fettiger Haut häufig auftretenden abgestorbenen Hautschuppen auch mit den Händen oder etwas schonender mit einem feuchten Tuch abrubbeln (Peeling).

Bei sehr fettiger Haut sollte man die Anwendung anfangs 2-3mal wöchentlich durchführen, später ist eine Gesichtsmaske pro Woche ausreichend.

### Ist eine Nachbehandlung erforderlich?

Im allgemeinen nicht, besonders wenn man die Gesichtsmaske vor dem Schlafengehen angewendet hat. Während der Nachtruhe wirkt die Behandlung nach, die durch die stärkere Hautdurchblutung hervorgerufene Erwärmung und leichte Rötung klingen ab, die Poren atmen freidurch, und die natürliche Hautbeschaffenheit stellt sich wieder ein.

Sollten Spannungsgefühle (ein Ausdruck der Wirkung!) auftreten, kann mit einer leichten Fettcreme oder einem Öl nachbehandelt werden.

### Luvos-Heilerde Bäder

Luvos-Heilerde 2 wird löffelweise in das einlaufende Badewasser gegeben (8-10 Esslöffel auf ein Vollbad, bei Bedarf auch mehr). Die Temperatur des Wassers soll als angenehm empfunden werden. Wegen der intensiven Wechselwirkung der Heilerde mit der Haut sollte ein Bad nicht länger als 15-20 Minuten dauern. Nach dem Bad duscht man sich lauwarm oder kalt ab und frottiert kräftig nach. Dies fördert zusätzlich die Durchblutung.

Man kann die Heilerde aber auch auf der Haut antrocknen lassen. Dadurch wird die Versorgung der Haut mit Mineralstoffen und Spurenelementen (z.B. Silizium) verstärkt. Man ruht noch etwa 15 Minuten und duscht danach ab. Vor dem Duschen können abgestorbene Hautschuppen durch Abrubbeln mit den Händen oder schonender mit einem feuchten Tuch entfernt werden (Peeling). Dies ist besonders bei verhornter Haut im Bereich der Ellenbogen (z.B. auch nach einem Armbad) zu empfehlen.

Das Heilerdebad kann auch als Teilbad durchgeführt werden. Hierzu benötigt man entsprechend weniger Heilerde.

Für ein Sitzbad 5 Esslöffel, für Arm- und Fußbäder 2-3 Esslöffel voll. Beim Fußbad wirkt sich besonders die Bindung von Bestandteilen des Schweißes (z.B. freie Fettsäuren und Bakterien) vorteilhaft aus. Das Abrubbeln der angetrockneten Heilerde führt zu einer wohltuenden Massage gestresster Füße mit verstärkter Durchblutung und beseitigt schonend leichte Verhornungen.

### Wie oft sollen Heilerdebäder angewendet werden?

Vollbäder können 2-3mal wöchentlich durchgeführt werden, wenn keine Kreislaufbeschwerden dem entgegenstehen. Teilbäder führt man beliebig oft nach Bedarf durch, da sie weniger belastend sind.

### Was ist sonst noch zu beachten?

Die Wanne sollte nach dem Bad mit einem Reinigungsmittel gut ausgespült werden, damit keine Heilerde-Ablagerungen auftreten. Übrigens verklumpt die Heilerde nicht. Sie lässt sich leicht wegspülen, ohne Gefahr einer Verstopfung der Abflußrohre.

### Haarpflege

Luvos-Heilerde 2 bindet das überschüssige Produkt der Talgdrüsen der Kopfhaut. Sie öffnet verstopfte oder verhornte Drüsen-Ausführungsgänge und wirkt damit der Schuppenbildung auf natürliche Weise entgegen. Fettiges Haar erhält seinen natürlichen Glanz und seine Fülle zurück, ohne dass man chemische Stoffe zu Hilfe nehmen muß.

Dies macht man sich bei der Haarwäsche unter Zusatz von Luvos-Heilerde zunutze. Besonders intensiv wirkt Heilerdebrei, der auf Haar und Kopfhaut durch Massieren aufgetragen wird.

### Wie geht man vor?

Das Haar wird mit lauwarmem Heilerdewasser (1 Esslöffel Heilerde auf 1 Liter Wasser) gewaschen. Die Heilerdewirkung ist größer, wenn Sie nicht gleichzeitig ein Shampoo verwenden. Anschließend wird das Haar mit klarem Wasser ausgespült. Bei sehr fettigem Haar ist es vorteilhaft, die Heilerde noch 15-20 Minuten einwirken zu lassen, bevor man ausspült.

Für Auflagen auf die Kopfhaut bereitet man sich einen dünnen Heilerdebrei (5 Esslöffel Luvos-Heilerde und 10 Esslöffel Wasser bzw. Sud aus Kamille oder Arnika verrühren) und trägt diesen unter leichtem Massieren auf. Das Haar wird mit einem Handtuch umwickelt. Ruhen Sie etwa 15 Minuten und spülen dann mit klarem Wasser gründlich aus.

### Wie oft soll die Anwendung durchgeführt werden?

Die Häufigkeit der Anwendung hängt vom Zustand Ihres Haares ab. Sehr fettiges Haar mit schuppender und juckender Kopfhaut sollte anfangs 2-3mal wöchentlich behandelt werden. Nach der eingetretenen Normalisierung reicht eine Heilerdeanwendung pro Woche aus.

### Mund- und Rachenspülungen, Zahnfleischauflagen

Man verrührt einen Teelöffel Luvos-Heilerde 2 in einem halben Glas lauwarmem Wasser oder besser Kamillentees und spült oder gurgelt mehrfach täglich im Verlaufe einiger Tage bis zum Abklingen der Beschwerden.

Man kann sich auch eine Paste aus Luvos-Heilerde und lauwarmem Kamillentees herstellen, die dann dick auf das Zahnfleisch bzw. die Mundschleimhaut aufgetragen wird. Hierbei kommt es zu besonders intensiver Wechselwirkung zwischen der Heilerde und dem entzündlichen Gewebe. Dies führt auch dazu, dass Schmerzen schneller verschwinden.

### Hinweis für Prothesenträger:

Bitte spülen sie den Mundraum gründlich mit lauwarmem Kamillentees, bevor Sie die Prothese wieder einsetzen.

### Haltbarkeit

Das Verfalldatum dieser Packung ist auf der Unterseite aufgedruckt. Verwenden Sie die Packung nicht mehr nach diesem Datum. Bitte lagern Sie die angebrochene Packung trocken und frei von Fremdgerüchen und verwenden Sie bereits gebrauchte Heilerde nicht ein zweites Mal.

### Packungsgrößen

Deutschland: 480 g, 950 g und 4.200 g.  
Österreich: 480 g und 950 g.

### Stand der Information:

Februar 2000

## HEILERDE-GESELLSCHAFT

Luvos Just GmbH & Co. KG  
Otto-Hahn-Straße 23  
D-61381 Friedrichsdorf  
www.luvos.de

Vertrieb in Österreich:  
Medra Handelsgesellschaft m.b.H.  
Gastgebgsasse 5-13  
A-1230 Wien