

HET HANDBOEK

Aloë vera



door
Jo Serrentino

INHOUDSOPGAVE

<i>Voorwoord</i>	2
<i>Inleiding</i>	3
<i>Verhalen rondom Aloë-producten</i>	4
<i>Vers of gevriesdroogd</i>	5
<i>Conserveringsmiddelen</i>	5
<i>In plastic of glas</i>	5
<i>Aloë Vera voor immuniteit en kanker</i>	6
<i>Wetenschappelijk onderzoek</i>	7
<i>Aloë Vera sap</i>	8
<i>Inwendig gebruik</i>	8
<i>Uitwendig gebruik</i>	9
<i>Gezondheidstips met Aloë Vera sap</i>	9
<i>Aloë Vera gel</i>	10
<i>Inwendig gebruik</i>	10
<i>Uitwendig gebruik</i>	11
<i>Aloë Vera concentraat in ampullen</i>	12
<i>Inwendig gebruik</i>	12
<i>Uitwendig gebruik</i>	13
<i>Tips</i>	13
<i>Aloë Vera capsules (poeder)</i>	14
<i>Inwendig gebruik</i>	14
<i>Verschillende Aloë Vera capsule</i>	14
<i>Aloë Vera zetabletten en Aloë Vera vaginale zetabletten</i>	14
<i>Inwendig gebruik</i>	15
<i>Aloë Vera medische crèmes</i>	15
<i>Aloë Vera cosmetica</i>	15
<i>Aloë Vera producten-tabel</i>	17
<i>Wat zit er allemaal in Aloë Vera</i>	18
<i>Vitaminen</i>	18
<i>Mineralen</i>	18
<i>Aminozuren</i>	18
<i>Waar moet u op letten als u een Aloë Vera product koopt</i>	18
<i>Afsluitende informatie</i>	19

Voor Premium Aloe Vera Producten kijkt u op:
www.ecolife.nl

Jo Serrentino houdt zich al zo'n 25 jaar bezig met de gezondheidsindustrie in de Verenigde Staten van Amerika. In deze 25 jaar is ze geen middel tegengekomen dat alle kwalen kan genezen. Echter, Aloë Vera is naar haar mening wel degelijk een wondermiddel. Gedurende de jaren 80 en 90 heeft Jo Serrentino persoonlijk Aloë Vera gebruikt. Ook heeft ze Aloë Vera gebruikt om uiteenlopende aandoeningen bij paarden, honden, katten en wilde dieren te behandelen.

Na deze jaren persoonlijke ervaring met Aloë Vera rapporteert Jo Serrentino middels deze folder over de medicinale werking en eigenschappen van deskundig geprepareerde Aloë Vera producten.



INLEIDING

Zoals bij alle geneeskrachtige natuurlijke producten (herbals) is het chemisch profiel van de oorspronkelijke, in het product verwerkte plant bepalend voor de geneeskrachtige eigenschappen van het extract. Daarnaast bepaalt het productieproces welke organische chemische stoffen geconserveerd blijven. Daaruit volgt hoe goed het eindproduct werkt.



2

Er zijn zeer uiteenlopende Aloë Vera producten op de markt. Om te beginnen zijn er veel verschillende soorten Aloë planten. Dan maakt het uit waar de plant heeft gestaan tijdens het groeien. Bij dit proces kan de plant gecontamineerd raken met bijv. verontreinigingen of bacteriën, met hun producten. Hoogstaande zuiveringstechnieken kunnen verontreinigingen verwijderen, maar het is zaak deze noodzaak tot zuiveren zo klein mogelijk te houden. Dit wordt gedaan door de kwaliteit van de planten zo hoog mogelijk te krijgen. En het ingaande materiaal te controleren.

Ten derde maakt het voor de chemische samenstelling van het product uit welke delen van de Aloë plant in het product zijn verwerkt. Bij de bereiding van Aloë Vera producten is het meer gewenst de hele plant in het eindproduct te verwerken dan slechts delen van de plant. Dit komt doordat op deze manier de natuurlijke balans tussen de verschillende chemische stoffen gehandhaafd blijft zoals die bij de levende plant ook aanwezig is. Dit is voor geneeskundig gebruik ook beter. Een product met een compleet chemisch profiel is ook veiliger in het gebruik omdat het chemische evenwicht van de stoffen in het eindproduct gehandhaafd blijft zoals bij de oorspronkelijke levende plant.

In het geval van Aloë Vera planten is het meer gewenst om de gehele plant te gebruiken dan simpelweg het sap er uit te persen. Kort gezegd is de beste methode om een Aloë Vera

extract te maken het pellen van de bladeren. Na het pellen komt het gel-achtige binnenste (parenchym) van het blad te voorschijn. Vervolgens wordt dit parenchym vloeibaar gemaakt en na een zuiveringsproces koel gestabiliseerd. Direct aanwenden van het gel-achtige parenchym van een verse plant op de huid heeft weinig tot geen effect omdat de werkzame stoffen ingepakt zitten in vezels en andere lange moleculen. Omdat de werkzame stoffen ingepakt zitten, kunnen deze de huid niet doordringen. Bovendien zal de gel in niet-gestabiliseerde vorm snel oxideren met de zuurstof uit de lucht. Wel kan het verse, vloeibare binnenste van het Aloë Vera-blad goed gedronken worden. Bij de spijsvertering komen de werkzame stoffen dan alsnog vrij.

Het is belangrijk een gestabiliseerd product te gebruiken. Zelfgemaakte alternatieven op Aloë Vera producten zoals het afsnijden van het blad en de gel direct op de huid aanwenden zal een kleine verlichting geven, maar zal weinig betekenen in verhouding tot de medicinale werking van de gel in gestabiliseerde vorm.

Een nauwkeurig gestuurd, goed gecontroleerd productieproces is nodig om het product te stabiliseren. Zo'n optimaal gestuurd en gecontroleerd productieproces is zo belangrijk omdat de werkzaamheid van het product direct gerelateerd is (te maken heeft met) dit productieproces.



3

VERHALEN RONDOND ALOË- PRODUCTEN

VERS OF GEVRIESDROOGD

Veel mensen geloven dat Aloë-producten gemaakt uit gevriesdroogde (geconcentreerde) Aloë Vera niet zo goed zijn als producten welke direct ter plekke gemaakt zijn van de verse plant. Feit is echter dat het voedingsstoffen profiel (zonder dat het opzettelijk is veranderd) bij beide soorten producten hetzelfde is. Het enige

verschil is dat bij de gevriesdroogde versie het water is verwijderd. Dus voor de samenstelling en eigenschappen van de voedingsstoffen in het product maakt het niet uit of het concentraat bij de verpakking weer aangelengd wordt met water, of direct vers van de plant verpakt wordt. Het water van de verse plant kan verontreinigd zijn. De levende Aloë Vera planten kunnen vervuilende stoffen in het milieu (grondwater) opnemen. Ook kan water uit de omgeving van de groeiende plant bacteriën bevatten en tijdens het productieproces in het product terechtkomen.

Het water dat bij producenten bij het aanlengen van gevriesdroogde Aloë Vera producten wordt gebruikt is gewoonlijk gedeïoniseerd (demi-water). Dit water bevat geen vervuilingen of bacteriën. Controles op bacteriën zijn meer accuraat bij gevriesdroogde producten.

CONSERVERINGSMIDDELEN

4 Conserveringsmiddelen zijn noodzakelijk in Aloë Vera producten. Zonder conserveringsmiddelen zal het product snel bederven. De meest gebruikte conserveringsmiddelen zijn kalium sorbaat of natrium benzoate (beide zouten), vitamine C en carrageen. Hoewel sommigen beweren dat carrageen een conserveermiddel is, is het toch vooral een verdikkingsmiddel.

IN PLASTIC OF GLAS

Belangrijk bij het verpakken van alle natuurlijke producten is de inhoud te beschermen tegen licht en lucht. De verpakking moet lichtondoorlatend zijn. Het maakt niet uit of de verpakking van glas of plastic is omdat Aloë Vera producten niet reageren met high grade plastic.

ALOË VERA VOOR IMMUNITEIT EN KANKER

Er bestaat niet-wetenschappelijk bewijs dat Aloë Vera kanker geneest. De wetenschappelijke gemeenschap in de Verenigde Staten van Amerika verbonden aan Aloë

Vera speculeert dat het aminozuur in Aloë Vera producten de sleutel is tot de kanker genezende eigenschappen. Feit is dat Aloë Vera het lichaam voorziet van de bouwstenen voor nieuwe cellen. Samen met het enzymatisch profiel van Aloë Vera derivaten kan dit het ontwikkelen van kankercellen voorkomen.

De medicinale werking van Aloë Vera op kanker heeft te maken met de phytochemie van de plant. Phytochemie is de wetenschap die o.a. de medicinale werking van chemische stoffen uit planten bestudeert. Medische extracten of harsen van Aloë Vera (worden niet commercieel verkocht) bevatten Aloë-emodine, een substantie welke cytotoxisch is en helpt bij leukemie. Een cytotoxische stof is een stof die giftig is voor een bepaalde soort cellen. In dit geval kankercellen. Aloë Vera voorkomt de formatie van tumorcellen. Ook kan Aloë-emodine tuberculose een halt toeroepen.

Twee andere phytochemische bestanddelen welke gevonden worden in de meeste Aloë Vera extracten, te weten Alocutine A en B hebben laten zien dat zij actief kankercellen aanvallen. Hun precieze werkwijze is nog niet vastgesteld. Alocutine A en B stimuleren het lymfatisch systeem en het immuun systeem, mogelijk helpt dit het lichaam bij het bestrijden van kankercellen. Het is wel duidelijk dat een regelmatige inname van een Aloë Vera product als een drinkbare gel of sap het lichaam helpt met het ontgiften en oxidatieve reacties voorkomt. Het ontgiften van het lichaam en het voorkomen van oxidatieve reacties voorkomt tot op zekere hoogte het ontstaan van ziektes als kanker.



Ur-Rahman, Said en Ahmad hebben gerapporteerd dat Alocutine A en B het deel van het afweersysteem dat voor de bestrijding van virussen verantwoordelijk is activeert. Dit houdt in dat de inname van Aloë Vera derivaten het lichaam kan helpen bij het voorkomen van besmetting met virale infecties. In geval van daadwerkelijke besmetting met een virus kan de inname van Aloë Vera derivaten het lichaam helpen met het bestrijden van het virus. De inname van Aloë Vera helpt ook bij allergieën. Deze werkzaamheid is wetenschappelijk gegrond.

WETENSCHAPPELIJK ONDERZOEK HOLISTISCH ONDERZOEK

De holistische wetenschappelijke manier van onderzoeken gaat er van uit dat de werkzaamheid van een organisme groter is dan de som der werkzaamheden van de samenstellende eenheden. Bij holistisch

onderzoek wordt geen onderzoek gedaan naar effecten van geneesmiddelen door bij dieren opzettelijk ziektes of verwondingen te induceren. Dit in tegenstelling tot de werkwijze bij algemeen aanvaard medisch onderzoek. Bij holistisch onderzoek worden geen dieren onderworpen aan allerlei tests. Onderzoek wordt gedaan door de dieren in hun eigen leefomgeving te laten zonder enige verstoring. Natuurproducten worden gegeven in samenspraak met een natuurlijk dieet. Eigenlijk eten de dieren in dit geval meer en beter. Als holistisch onderzoek aan een dier start, is zo'n dier al ziek of heeft het al een verwonding. De dieren worden simpelweg behandeld met natuurproducten of vitaminen en niet met kunstmatige geneesmiddelen. Jo Serrentino zegt geen mis-handeling van welke soort dan ook door de vingers te zien. Jo Serrentino heeft speciale behandelingstechnieken ontwikkeld om er zeker van te zijn dat dieren ongestoord in hun gewoontelijke gedrag en omgeving blijven en verschoond blijven van stress-factoren.

Jo Serrentino heeft persoonlijk al meer dan 20 jaar Aloë Vera gebruikt met uitstekende resultaten. Als holistisch onderzoeker is zij in staat geweest deze resultaten te concretiseren door middel van testmethoden en casus-studies. Hoewel de nu volgende zaken zijn geobserveerd bij dieren, hebben de resultaten ook betrekking op mensen, want ons lichaam zit voor het grootste gedeelte hetzelfde in elkaar.

In werkelijkheid zal de tijd voor genezing bij mensen korter zijn, omdat de huid bij de mens dunner is en "naakt". De absorptie van de actieve bestanddelen in de Aloë Vera producten zal sneller verlopen

DRIE GEVALLEN VAN ZWEREN OP DE HUID

Vijf paarden, gekweld door zweren op hun rug, bekend als zadelzweren, werden behandeld met Aloë Vera gel en Aloë

Vera sap en een Aloë Vera / essentiële olie combinatie. In drie van de gevallen waren de paarden daarvoor behandeld met zinkoxide-crème en antibiotica-zalf zonder zichtbaar resultaat, of de wond ging dicht maar ging daarna zweren. In alle met Aloë Vera behandelde gevallen waren de paarden binnen een week genezen. Op de plek waar eerst een zweer zat ging binnen twee weken weer haar groeien. Hierbij bleven geen littekens achter, er groeiden geen witte haren op de plek. Binnen 10 dagen behandelen met Aloë Vera konden de paarden, zonder last van druk op de plekken waar daarvoor de zweren hadden gezeten, weer aan het werk. De Aloë Vera gel had een evengoed resultaat als het Aloë Vera sap. (Aloë Vera sap werd gebruikt om meerdere malen per dag de wonden schoon te maken waardoor er minder Aloë Vera gel op de wonden gesmeerd hoefde te worden). De combinatie van Aloë Vera met essentiële olie werkte nog sneller.

Een vergelijkbaar geval van grote open wond op de knie van



een paard bewijst de kracht van Aloë Vera. De verwonding werd laat ontdekt en gangbare behandelingsmethoden waren niet uitvoerbaar. De wond werd eerst gewassen met Aloë Vera sap, vijf maal per dag, drie dagen lang. S'nachts werd de knie ingesmeerd met Aloë Vera eerste hulp gel en verbonden. Binnen vijf dagen was de wond gesloten en zag er mooi uit zonder ontsteking. Binnen 10 dagen begon er weer haar op de wond te groeien. Na minder dan vier weken waren er geen zichtbare tekenen meer van de verwonding te zien. Het paard werd een antibiotica-injectie gegeven in verband met de grootte van de wond en het de kans op ontstekingen bij zo'n grote verwonding. Het paard had voordat het de verwonding aan de knie had opgelopen een tetanus vaccinatie ontvangen.

In een proefopzet met 63 honden en 12 katten werd Aloë Vera beproefd om te kijken of het hielp tegen allerlei huidaandoeningen zoals allergieën en schimmelinfecties. In alle gevallen hielden de honden en katten direct op met krabben aan de aandoeningen zodra het Aloë Vera sap werd aangebracht. Dit bevestigt Aloë Vera's bruikbaarheid in elk geval van huidirritatie zoals huiduitslag, aanraking met een gevaarlijke stof, insectenbeten enz.

In tien gevallen van oorontsteking bij konijnen verlichtte het aanbrenge van Aloë Vera (rond het oor en warme druppels in de gehoorgang) direct zichtbaar de pijn. In zeven gevallen van chronische oorontsteking werd de ontsteking volledig gestopt. Bij de drie andere gevallen was er sprake van zodanige onderliggende weefselproblemen dat het nodig was de konijnen te opereren.



ALOË VERA SAP

Aloë Vera sap wordt vers geperst van de Aloë Vera plant. Het is in essentie een combinatie van water, enzymen en onafscheidelijk verbonden chemische stoffen zoals aloïne. In een goed gestabiliseerd product is het van oorsprong plantaardige Aloëmodine meestal niet aanwezig. Deze afwezigheid van Aloëmodine is gewenst omdat, hoewel het zeer geneeskrachtig is, aanleiding kan geven tot maagkrampen.

INWENDIG GEBRUIK

tezamen zorgen voor een vlotte spijsvertering. De diverse enzymen in het Aloë Vera sap helpen het voedsel vollediger af te breken. Dit heeft tot gevolg dat het lichaam meer vitaminen en mineralen uit de dagelijkse voeding op kan nemen.

Het sap is een goed vloeibaar supplement om dagelijks te nemen en als vervolgbehandeling bij maagzweren. Het helpt bij maagpijn. Ook bij ziekte zoals de griep, als het nodig is genoeg te drinken, is Aloë Vera sap een verantwoorde keus.

Aloë Vera zorgt bij inwendig gebruik voor het optimaal functioneren van de interne organen. Ook lijkt het van binnenuit de gewrichten te "smeren". Veel van de in Aloë Vera plant aangetroffen planteigen chemische stoffen zijn natuurlijke antioxidanten welke het lichaam beschermen tegen schade door "vrije radicalen". Vrije radicalen veroorzaken oxidatie van cellen en weefsels en zijn verantwoordelijk voor het verouderen en minder vitaal worden van het lichaam. Na het sporten is Aloë Vera sap de perfecte dorstlesser.

UITWENDIG GEBRUIK

wonden. Het sap maakt de (snij)wond schoon terwijl de wond gedesinfecteerd wordt. Tevens zorgt het Aloë Vera sap voor het snel op gang komen van het genezingsproces.

Bij verbranding (zowel chemisch, hitte of zonnebrand),

Het Aloë Vera sap is een ideaal gezondheidssupplement. De bestanddelen



sneetjes, krassen, geschaafde- of gekloofde huid, huidirritatie van het scheren, andere huidirritatie, huiduitslag, aanraking met een gevaarlijke stof, blauwe plekken, de huid wassen met Aloë Vera sap om de huid schoon te maken alvorens in te smeren met Aloë Vera eerste hulp gel.

Spoelen van verbrande huid kan meerdere malen per dag herhaald worden om de pijn en de jeuk te verlichten. Gezwollen ledematen kunnen in het sap gedrenkt worden voor een periode van 10-30 minuten ter verlichting van de pijn en vermindering van de zwelling.

Het Aloë Vera sap kan het beste in de koelkast bewaard worden. Het koude sap werkt verzachtend en helpt verder de pijn te verminderen bij verbranding. Na het spoelen met Aloë Vera sap bij verwondingen verdient het de aanbeveling de huid in te smeren met Aloë Vera eerste hulp gel.

GEZONDHEIDSTIPS MET ALOË VERA SAP

Om de huid te hydrateren als u buiten in de zon bent, of als schoonheidsbehandeling, kunt u wat Aloë Vera

sap in een spray-fles doen en er uw huid en haar elk half uur licht mee te benevelen.

ALOË VERA EN LAVENDEL-ESSENTIËLE OLIE:

Druppel 8 druppels essentiële lavendel olie in een kommetje met Aloë Vera sap. Lichtjes inmasseren op de betreffende huid. Aanbevolen bij menstruatie pijn, blauwe plekken, spataderen en zware, vermoeide benen.

ALOË VERA EN HAVER-EXTRACT:

Meng 30 druppels haver-extract (*Avena sativa*) in een kommetje met Aloë Vera sap, sprenkel of dep dit mengsel over de huiduitslag. Probeer eerst op een klein gedeelte van de geïrriteerde huid om te kijken of dit het gewenste effect heeft.



ALOE VERA GEL

De gel verschilt in chemische samenstelling van het sap. Het bevat meer planteiige chemische stoffen. De gel bevat plantaardige stoffen met een suikercomponent (anthroglycosides) welke een mild laxerend effect hebben. In een juist bereide drinkbare gel verschijnen deze substanties in gehydrolyseerde toestand. Deze toestand is een voor het lichaam gewenste vorm. In deze toestand neemt het lichaam de werkzame stoffen gemakkelijk op zonder bijwerkingen. Aloë Vera is geen echt laxeremiddel maar heeft een reinigende werking in het lichaam. Aloë Vera verwijdert (doordat het bepaalde cellen en weefsels stimuleert) opgehoopte giftige stoffen in het lichaam. In het bijzonder nare stoffen die samenkleven en zich ophopen in het darmkanaal (darpmplooien).

Evenals het Aloë Vera sap is de Aloë Vera gel bacterieremend. Het is bruikbaar bij gastro-enteritis omdat het de goede bacteriëngroei in de dikke darm stimuleert. Tijdens een darmstoornis (gastro-enteritis-aanval) gaan er veel nuttige darmbacteriën dood. In zo'n geval helpt Aloë Vera gel leegloop van de darm te voorkomen en het herstelt snel de darmflora van de dikke darm. Dit terwijl het veel van de schadelijke bacteriën om zeep helpt.

De drinkbare gel is bijzonder effectief bij het verlichten van de pijn van maagzweren.

Het helpt goed bij een branderige maag in verband met de hormoonhuishouding, zwangerschap of van het nemen van voorbehoedsmiddelen (de pil).

Bepaalde chemische bestanddelen uit de Aloë Vera gel kunnen een rol spelen bij het onschadelijk maken van virussen en kanker.



INWENDIG GEBRUIK

De meeste producenten van Aloë Vera producten maken verschil tussen hun gel voor

uitwendig gebruik en gel om te drinken. Dit maakt voor de kwaliteit niet uit; de gel om te drinken is wat dunner dan de gel voor gebruik op de huid.

Gebruik de drinkbare gel bij diarree bij gastro-enteritis, vakantiediarree en de griep.

Begin met twee eetlepels, gevolgd door één eetlepel per 4 tot 6 uur, afhankelijk van de heftigheid van de diarree aanval.

Als alternatieve behandeling of als bijkomende behandeling van dikke darmontsteking, de ziekte van Crohn (enteritis regionalis: chronische ontsteking van epitheloïdcellen van een deel van de dunne darm), diverticulitis (ontsteking van een uitstulping van bijvoorbeeld de slokdarm, de dikke darm of de urineblaas), koliek (heftige, soms remitterende pijn door kramptoestand van glad spierweefsel in holle organen (maag, darm, galwegen, baarmoeder, urinewegen e.a.)), (maag)zweren of chronisch brandend maagzuur geeft een regelmatige inname van Aloë Vera drinkbare gel duidelijk merkbaar verlichting. In veel gevallen werden aandoeningen genezen door het regelmatig innemen van Aloë Vera. De drinkbare Aloë Vera gel is zacht genoeg om door babies gedronken te worden. Van de drinkbare Aloë Vera gel is bekend dat het koliek bij babies verhelpt. De drinkbare Aloë Vera gel kan toegevoegd worden aan de babyvoeding of aan de melk, het vruchtensap of aan het water.

De aanbevolen dosis is 4 druppels van de drinkbare Aloë Vera gel per flesje of portie babyvoeding. Voor peuters één eetlepel drinkbare Aloë Vera gel in het favoriete drankje, elke 6 uren. Voor kleuters 4 druppels drinkbare Aloë Vera gel bij elke maaltijd. De drinkbare Aloë Vera gel is niet alleen gemakkelijk te geven, het is ook smaakloos.

De drinkbare Aloë Vera gel geeft verlichting en behandelt elke vorm van problemen met de slijmvliezen, pijn aan de mondholte, keelpijn en pijn aan het strottehoofd. In deze gevallen kunt u gorgelen met drinkbare Aloë Vera gel. Na het gorgelen kunt u wat van de Aloë Vera gel doorslikken en het verzacht-



ende effect op uw keel voelen. Het drinken van Aloë Vera gel uit de koelkast zorgt voor een grote verlichting bij keelpijn.

UITWENDIG GEBRUIK

Gebruik Aloë Vera eerste hulp gel bij insectenbeten, zwerende wondjes, aanraking met gevaarlijke stoffen en andere huidproblemen. Bij oorpijn door verkoudheid of allergieën kunt u op het oor en rondom het oor wat warme Aloë Vera drinkbare of eerste hulp gel aanbrengen. Twee tot drie warme druppels Aloë Vera gel in de gehoorgang druppelen en lichtjes masseren. Bij oorontsteking kunt u de Aloë Vera gel op dezelfde manier gebruiken als bij oorpijn.

Om de Aloë Vera gel op te warmen kunt u het beste wat gel in een plastic zak of afsluitbaar plastic bakje doen. Plaats het bakje of het zakje met Aloë Vera gel in warm water. Het water waarin u de gel plaatst mag niet koken of te heet zijn om aan te brengen op de huid. Opgewarmde, niet gebruikte Aloë Vera gel moet worden weggegooid.



ALOË VERA CONCENTRAAT IN AMPULLEN

Aloë Vera concentraat is een erg bruikbaar Aloë product. Het is gemakkelijk te herkennen omdat het meestal in ampullen zit. Aloë Vera concentraat is pure Aloë Vera gel waaruit water is verwijderd. Doordat water uit de pure Aloë Vera gel wordt verwijderd, komen de werkzame stoffen nu geconcentreerder voor. (Meer werkzame stoffen).

In deze vorm is de geconcentreerde gel geneeskrachtiger. In principe kan het Aloë Vera concentraat op dezelfde manieren gebruikt worden als het Aloë Vera sap of de Aloë Vera gel, maar in veel kleinere hoeveelheden.

INWENDIG GEBRUIK

Aloë Vera concentraat kunt u innemen samen met uw dagelijks eten. In dit geval zal

het Aloë Vera concentraat ervoor zorgen dat voor het lichaam giftige stoffen afgevoerd worden. Aloë Vera concentraat heeft ook een sterke vitaliserend effect op de verschillende organen in het lichaam. Een kuur met Aloë Vera concentraat is speciaal aanbevolen bij algehele vermoeidheid, burn out, of gebrek aan energie (lusteloosheid) of als u aan het herstellen bent van bijv. een operatie.

Bij chronische maag-darm stoornissen, bij brandend maagzuur, reuma, gewrichtsontsteking, gal- en nierstenen, de ziekte van Crohn (enteritis regionalis: chronische ontsteking van epitheloïdcellen van een deel van de dunne darm) en dikke darm ontsteking kunt u meerdere malen per week Aloë Vera concentraat drinken.

Er zijn rapporten gemaakt over het positieve effect van het regelmatig drinken van Aloë Vera concentraat op hypoglykemie (te laag glucosegehalte van het bloed). Eén van Aloë Vera's planteiigen chemische stoffen schijnt het sterk dalen van het peil van het bloedsuiker te voorkomen, waarschijnlijk door de grote hoeveelheid enzymen. Suikers worden snel gemetaboliseerd (omgezet). Het regelmatig drinken van Aloë Vera kan mogelijk medicijnen voor hypoglykemie vervangen. In

dit geval drinkt u één ampul van het concentraat twee tot drie maal per week. Vraag altijd eerst uw huisarts of apotheek om advies voordat u stopt met uw normale medicatie.

Aloë Vera concentraat kan ook als energie-drink gedronken worden. Mix één ampul met (vers) vruchtensap of met vers fruit. Eventueel naar eigen inzicht ijs toevoegen.

Deze drank is bijzonder effectief na het sporten.

UITWENDIG GEBRUIK

Voor een diepgaande schoonheidsbehandeling kunt u een ampul Aloë Vera concentraat gebruiken om uw gezicht en nek mee te behandelen. Maak de rimpelgebieden rond de ogen en de mond nat met het Aloë Vera concentraat. Het concentraat is zo krachtig dat u deze behandeling slechts 1 maal per week of 2 maal per maand hoeft te herhalen.

Om uw haar te revitaliseren kunt u twee ampullen Aloë Vera concentraat aanwenden over uw gewassen haar terwijl het nog vochtig is. Gebruik een plastic douchekap om uw haar ongeveer een half uur mee te bedekken. Daarna het haar drogen met behulp van warme lucht (föhnen). Het haar niet nogmaals wassen.

TIPS

Mix 2 Aloë Vera ampullen met een kommetje tarwe extract (voor haarbehandeling). Vervolgens warmt u deze mix op in een waterdicht plastic bakje onder de warme stromende kraan. Vervolgens brengt u de Aloë Vera- / tarwemix aan op uw haar zoals een crèmespoeling. Grondig inmasseren. Bedek het haar met een plastic douchekap voor ongeveer een uur. Vervolgens het haar wassen met een normale milde shampoo en uitspoelen.

Gebruik het Aloë Vera concentraat om zweertjes op de huid of in de mond te genezen. U kunt naar eigen inzicht meerdere malen per dag het concentraat op de huid aanbrengen of er de mond mee spoelen.

Bij schimmelinfecties, vaginale kwalen en bij de menstruatie helpt het te wassen met Aloë Vera. Meng één ampul met een kwart steriel water. Gebruik de oplossing om u mee te wassen.



ALOË VERA CAPSULES (POEDER)

Aloë Vera in vaste vorm is op de markt meestal verkrijgbaar als poeder waarvan capsules worden gemaakt. Het poeder wordt gemaakt door middel van een vriesdroog proces. Alle actief werkzame stoffen uit de verse Aloë Vera gel blijven bewaard bij het vriesdroogproces.

Capsules zijn gemakkelijk mee te nemen. Het is goed Aloë Vera capsules te nemen tijdens de menopauze omdat het lichaam dan extra nutriënten vraagt.

Het poeder kan aan fruit en (verse) fruitdranken toegevoegd worden, evenals bij salades, graanproducten (pasta's, cornflakes) of rijst en groente schotels. Het is het beste het poeder na bereiding toe te voegen omdat het beter is om Aloë Vera niet te sterk te verhitten.

16

INWENDIG GEBRUIK

Aloë Vera poedercapsules zijn uitstekend te gebruiken als supplement naast uw

dagelijks voedsel. Aloë Vera voorziet het lichaam niet alleen van de essentiële nutriënten zoals mineralen en aminozuren maar ook bevat het in grote mate enzymen die het lichaam helpen met het verteren van het voedsel terwijl het er ook voor zorgt dat giftige stoffen uitgescheiden worden.

Aloë Vera capsules bevatten alfalfa dat helpt bij hooikoorts. De ontgiftende en anti-oxiderende eigenschappen van Aloë Vera in het lichaam en de anti-allergische eigenschappen van alfalfa zorgen ervoor dat allergie-mechanismes in het lichaam niet getriggerd (in gang gezet) worden. Neem drie maal daags één Aloë Vera capsule tijdens het hooikoorts seizoen. Drink Aloë Vera sap tussen de maaltijden.

Verschillende Aloë Vera capsules

Er zijn twee soorten Aloë Vera capsules. Het is belangrijk onderscheid te maken tussen deze twee soorten capsules. De eerste soort Aloë Vera capsules zijn hierboven beschreven.

Ten tweede zijn er Aloë Vera poedercapsules op de markt speciaal voor het verhelpen van incidenteel voorkomende constipatie bij volwassenen. Deze laxerende capsules bevatten “Aloë ferox”; een krachtig laxermiddel, afkomstig uit de Aloë Vera plant. Vaak bevatten deze laxerende capsules ook andere laxerende natuurlijke stoffen zoals venkel zaad.

ALOË VERA ZETPILLEN EN

VAGINALE ZETPILLEN ALOË VERA

Aloë Vera zetpillen worden doorgaans gemaakt met glycerine, minerale olie of cacao boter om het in een vaste vorm te kunnen persen. Aloë Vera zetpillen worden aanbevolen bij aambeien. Aloë Vera heeft een kalmerend, verkoelend effect bij een branderig gevoel. Het verhelpt jeuk en pijn als gevolg van aambeien. Aloë Vera eerste hulp gel kan gebruikt worden op uitwendige aambeien. Ook kunnen kompressen gedrenkt worden in Aloë Vera eerste hulp gel of Aloë Vera drinkbare gel.

In vergelijking met andere natuurlijke zetpillen gemaakt van planten extracten werken Aloë Vera zetpillen tederder. Dit komt doordat Aloë Vera een verzachtend, verkoelend effect heeft op de huid en het de aanmaak van gezonde, nieuwe huidcellen stimuleert. Deze twee eigenschappen zorgen voor verlichting en behandeling van aambeien.

Zetpillen gemaakt van plantenextracten zijn meestal gemaakt van stelpende planten zoals de hazelaar. Deze zetpillen verkleinen de aambeien door ze uit te drogen. Over het algemeen verlost dit de patiënt niet van de pijn en zwelling. In bepaalde gevallen zullen de aambeien geïrriteerd raken. Aloë Vera heeft daarentegen totaal geen irriterende eigenschappen. Vaginale zetpillen zijn moeilijk te vinden vandaag de dag, maar ze worden aangeraden voor vaginaal gebruik bij vaginitis (bacteriële aandoening van het vaginale epitheel) en



vaginale schimmelinfecties. De vloeibare Aloë Vera producten, zoals de gel, het sap en het concentraat kunnen gebruikt worden om de vagina mee te wassen in combinatie met water.

INWENDIG GEBRUIK

Door het innemen van drinkbare Aloë Vera gel kunnen aambeien van

binnenuit verkleind worden. Het branderige gevoel aan de slijmvliezen neemt af. Schimmelinfecties en vaginale infecties kunnen verholpen worden door het innemen van de drinkbare Aloë Vera gel doordat de schimmelbestrijdende en antibiologische eigenschappen van Aloë Vera samengesteld werken. In beide gevallen drinkt u 90 gram drinkbare Aloë Vera gel, 3 tot 4 maal daags.



ALOË VERA **MEDISCHE** CRÈMES

18

MEDISCHE ALOË VERA

Medische crèmes gemaakt met Aloë Vera zijn doorgaans sport crèmes of massage crèmes voor reuma, artritis (gewrichtsontsteking, jicht) of verwondingen. Deze crèmes zijn over het algemeen gemengd met een pijnstillend middel zoals het mineraal methyl salicylaat (wat ook in aspirines gebruikt wordt) en met kamfer en menthol. Door toevoeging van deze laatste stoffen produceren de crèmes bij contact met de huid een lichte verhitting om de pijn te verlichten.

Omdat Aloë Vera de geïrriteerde huid verkoelt en kalmeert, helpt het zwellingen te verkleinen bij reuma en sportblessures. Een gelijktijdige behandeling bestaande uit het innemen van Aloë Vera capsules, Aloë Vera concentraat of drinkbare Aloë Vera gel wordt aangeraden voor een meer effectieve en meer omvattende therapie.

ALOE VERA COSMETICA

Vandaag de dag wordt Aloë Vera toegevoegd aan steeds meer cosmetische producten. De belangrijkste redenen hiervoor zijn dat Aloë Vera de huid hydrateert, regeneert en soepeler maakt. Over het algemeen wordt de gel in het cosmetische product verwerkt. In sommige gevallen wordt het Aloë Vera concentraat in het cosmetische product verwerkt. In het laatste geval is het cosmetische product vaak duurder.

Het aanbod aan Aloë Vera cosmetica is vrij breed. Er bestaan simpele moisturizers tot anti-verouderings- en anti-rimpelproducten, hand crèmes, aftershave en shampoo.

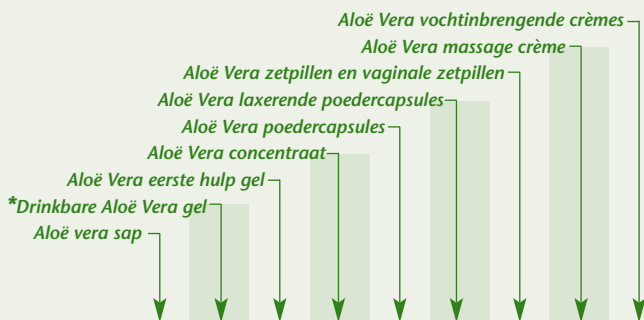
Shampoos met een hoog gehalte aan Aloë Vera verminderen in grote mate jeuk die te maken heeft met psoriasis (schilferende, droge, niet besmettelijke huiduitslag) en eczeem. Zulke kwalitatief goede shampoos helpen het genezingsproces van psoriasis en eczeem, zonder dat ze de hoofdhuid uitdrogen. Eerste keus Aloë Vera shampoo bevat een groot aandeel Aloë Vera en weinig of geen overbodige ingrediënten.

Van een cosmetisch product wat een actief natuurlijk werkzame stof in zich heeft, zoals een plantenhormoon, essentiële olie of vitamine wordt de werking verbeterd door er Aloë Vera aan toe te voegen. Dit komt doordat Aloë Vera de huid helpt deze nuttige stoffen op te nemen.



WANNEER GEBRUIKT U WELKE

VORM VAN ALOË VERA ?



Bladzijde	9t/m 11	12en13	12en13	14en15	16	16	17	18	19
Aambeien		•					•		
Allergieën				•	•				
Arthrititis	•			•	•			•	
Baby-kwalen		•	•						
<i>Luier uitslag, hoofdhuidontsteking, koliek, diarree</i>									
Diaree		•		•					
Eczeem		•							•
Energiedrank	•			•	•				
Haar/cosmetica				•					
<i>Broos haar, gespleten haarpunten</i>									
Huid		•	•						•
<i>Uitslag, aanraking met een gevaarlijke stof, zweren, zonnebrand</i>									
Hypoglykemie	•	•		•	•				
Isectenbeten			•						
Menopauze					•				

- * •Bij spijsverteringsproblemen en gastro-enteritis gebruikt u drinkbare Aloë Vera gel van enkel het parenchym (inner fillet).
- Bij incidenteel voorkomende onregelmatigheden m.b.t. de spijsvertering zoals constipatie gebruikt u drinkbare Aloë Vera gel van het hele blad.
- Drinkbare Aloë Vera Gel/juice kan ook uitwendig gebruikt worden bijvoorbeeld door een kompres er in te drenken.

Bladzijde	9t/m 11	12en13	12en13	14en15	16	16	17	18	19
Oogblindvlie sontsteking	•								
Oorontsteking		•	•						
Problemen met de dikke darm		•		•	•				
<i>Gastro-enteritis, dikke darmontsteking, ziekte van Crohn, branderigheid</i>									
Problemen met de maag en spijsvertering	•	•		•					
<i>Brandend maagzuur, maagpijn, maagzweren</i>									
Reuma	•	•		•	•				
Vaginale problemen	•	•		•					
Verbranding	•	•	•						
<i>Door hitte, koude, straling of chemische stof</i>									
Verstopping		•			•				
Voedselvergiftiging		•		•	•				
Wonden		•	•						

WAARSCHUWING: aloë vera is geen medicijn of geneesmiddel. Aloë is geen vervanger van uw medicijnen! Raadpleeg altijd eerst uw huisarts.



WAT ZIT ER ALLEMAAL IN ALOË VERA

Tot op heden hebben betrouwbare laboratorium analyses zo'n 140 verschillende substanties aangetoond in Aloë Vera. Deze substanties

zijn te verdelen in nutriënten (voor het lichaam nuttige voedingsstoffen), vitaminen, mineralen, aminozuren (met inbegrip van alle essentiële aminozuren) en planteigen chemische stoffen met geneeskrachtige eigenschappen.

Aloë Vera is een voortreffelijk voedsel supplement. Het bevat de volgende voedingsstoffen:

VITAMINEN

B1, B2, B3, bèta caroteen, vitamine C, Choline (B-complex vitamine), foliumzuur (gebrek hieraan veroorzaakt bloedarmoede).

MINERALEN

Aluminium, Calcium, Chloride, Chroom, Koper, IJzer, Magnesium, Mangaan, Kalium, Fosfor, Natrium, Zwavel, Zink.

AMINOZUREN

Arginine, asparagine, asparagine zuur, alanine, cystine, glutamine, glutamine zuur, leucine, lysine, isoleusine, histidine, theonine, hydropoline, proline, serine, glycine, valine, methionine, tyrosine, fenylalanine.

WAAR MOET U OP LETTEN ALS U EEN ALOË VERA PRODUCT KOOPT

- Aloë Vera moet op de verpakking vermeld zijn als hoofdingrediënt. Dit waarborgt een hoog aandeel Aloë Vera.
- Licht- en luchtdichte verpakking.
- Een goed bekend staand merk.
- Gestabiliseerde en geconserveerde producten.



AFSLUITENDE INFORMATIE

WAARSCHUWING:

HET ALOE VERA HANDBOEK IS NIET BEDOELD ALS EEN MEDISCH ADVIESBOEK. IN GEEN GEVAL SLUIT HET DE NOODZAAK VAN EEN DIAGNOSE DOOR EEN GEZONDHEIDSKUNDIGE UIT. HET ALOE VERA HANDBOEK IS UITSLUITEND INFORMATIEF EN EDUCATIEF BEDOELD.

De Amerikaanse auteur en holistisch wetenschapper Jo Serrentino is een pionier in phytochemie, fytotherapie en voedingskunde.

Jo Serrentino is al meer dan twee decennia betrokken bij het testen en ontwikkelen van natuurlijke geneeswijzen.



*Nederlandse vertaling van "The handbook of Aloë Vera by Jo Serrentino"
door Aäron van den Elsen voor STS Aloe Vera Products Nederland*



24

*ISBN- nummer van de oorspronkelijke,
Engelstalige uitgave: 0-921316-08-9*

*Niets uit deze uitgave mag zonder toestemming van de auteur worden
overgenomen op welke wijze dan ook. Copyright Jo Serrentino.*