

# Feit

Gezondheid is een kwestie van vertrouwen

DE RESULTATEN  
VAN ONS  
ONDERZOEK



De huid is niet alleen het grootste orgaan van het lichaam, het is ook een spiegel van de gezondheid van de inwendige lichaamsorganen. Naast het beschermen van de binnenste weefselstructuren helpt de huid ook de lichaamstemperatuur te reguleren en metabolische afvalstoffen te verwijderen. Aandoeningen van het maag-darmkanaal, hart- en vaatziekten en aandoeningen van het zenuwstelsel zijn vaak zichtbaar aan de huid, evenals hormonale onbalans en ontstekingen. De bijna 2<sup>m2</sup> oppervlakte van de huid wordt met name verzorgd vanuit cosmetisch oogpunt. Duizenden huidverzorgingsproducten richten zich op schoonheids- en gezondheidsbewuste consumenten die daarmee acne, verkleuringen, ouderdomstekenen en ook huidkanker proberen te voorkomen. Geschat wordt dat in 2018 de inkomsten van de huidverzorgingsindustrie wereldwijd 102.3 miljard dollar zal bedragen.

## De voordelen van microvoedingsstoffen voor de gezondheid van huid en collageen

Bekende risicofactoren in relatie tot huidgezondheid zijn onder andere overmatige blootstelling aan UV-straling, milieuvervuiling, een ongezond eetpatroon met te weinig voedingsstoffen, teveel suikerrijke dranken, alcohol en roken. Daarnaast kan het metabool syndroom, waartoe overgewicht, diabetes, verhoogde bloeddruk en hormonale onbalans behoren, bijdragen aan het ontstaan van huidproblemen en tekenen van vroegtijdige veroudering.

De huid is opgebouwd uit drie hoofdlagen. De opperhuid is de buitenste laag en bevat de proteïnen keratine (dat de huid versterkt) en melanine (dat de huid beschermt tegen schadelijke zonnestralen). De lederhuid is de tweede laag en bevat bloedvaten, zenuwen en collageenvezels, die essentieel zijn voor de stevigheid en elasticiteit van de huid. De onderhuid is de derde laag en bevat vetcellen, die de lichaamstemperatuur helpen te behouden.

De huid bestaat voornamelijk uit **collageen**, een eiwitvezel. Er zijn meerdere soorten collageen aanwezig in verschillende delen van het lichaam. Bij het ouder worden, wordt er minder collageen aangemaakt en meer afgebroken, waardoor verslapping van de huid ontstaat en rimpels gevormd worden.



Een mooie huid krijg je door gezonde voeding. Microvoedingsstoffen spelen daarbij een belangrijke rol en zijn nodig voor de aanmaak van collageen en andere stabiliteitsmoleculen van het bindweefsel.

Leeftijdsgelateerde afname van geslachtshormonen en een verminderde productie van groeihormonen heeft ook een negatief effect op de stevigheid en gezondheid van de huid. Een afnemende oestrogeenspiegel zorgt voor het droog, rimpelig en dunner worden van de huid. Een afname in de productie van groeihormoon heeft een doffe huid tot gevolg, veroorzaakt door de verminderde aanmaak van nieuwe huidcellen en het opstapelen van dode cellen op de huid. Deze ophoping leidt tot meer pigmentatie, door het samenklonteren van melanine als kleine bruine plekjes, waardoor "zonnevlekken" op de huid ontstaan. Het basisbestandsdeel (ook bekend als de extracellulaire matrix) in de huid wordt gevormd door lagen van glycosaminoglycanen (of hyaluronzuur). Een afgenomen productie van hyaluronzuur vermindert het herstellend vermogen van de huid en beïnvloedt daarmee de opbouw van de huidstructuur.

**Deze factoren, samen met een tekort aan microvoedingsstoffen zoals vitamine C, proline, lysine, vitamine E, selenium en zink in het voedingspatroon, versnellen het huidverouderingsproces. Rimpels ontstaan bijvoorbeeld door afname van spiermassa en huiddikte, en door afbraak van collageen en elastine die de huidstructuur ondersteunen.**

**Vitamine C**, in combinatie met **lysine en proline**, is van belang voor de aanmaak van gezonde collageenvezels. Vrije radicalen, ontstaan bij oxidatieve processen, activeren matrix metalloproteïnasen (MMP) enzymen die collageen en elastine afbreken en daarmee rimpels en andere tekenen van vroegtijdige veroudering bevorderen. Vitamine C is in staat om, samen met vitamine E, schade door vrije radicalen zeer effectief te verminderen. Andere belangrijke voedingsstoffen voor een gezonde huid zijn **groene thee, carotenoïden, lycopene, curcumine en co-enzym Q10**.

**Hoewel er crèmes beschikbaar zijn voor rimpels, acne en een droge of vette huid, is het uitermate belangrijk om het grootste orgaan van het lichaam van binnenuit te verzorgen door middel van voeding en synergetische combinaties van microvoedingsstoffen. Een adequate collageenproductie is overigens niet alleen belangrijk voor een gezonde huid, maar ook voor sterke en gezonde kransslagaders, botten, kraakbeen en om de functie van alle organen in het lichaam te versterken. Dit is alleen mogelijk met gezonde voeding en een gezonde levensstijl, in combinatie met supplementie van de juiste microvoedingsstoffen.**

## Belangrijke gezondheidsinformatie voor iedereen

Deze informatie wordt u aangeboden door het Dr. Rath Research Institute. Dit instituut staat onder leiding van voormalige collega's van de tweemaal Nobel prijswinnaar Linus Pauling († 1994) en is toonaangevend op het gebied van het onderzoek naar kanker, cardiovasculaire en andere veel voorkomende aandoeningen. Het onderzoeksinstituut wordt voor 100% gesubsidieerd door de non-profit organisatie Dr. Rath Foundation.

Het baanbrekende karakter van dit onderzoek vormt een bedreiging voor de miljarden dollar "handel met ziekten" van de farmaceutische industrie. Het zal niemand verbazen dat het werk van Dr. Rath en zijn onderzoeksteam al jaren wordt aangevochten door de medicijnenlobby die probeert deze informatie in de doofpot te stoppen. Tevergeefs. Dit gevecht heeft ertoe geleid dat Dr. Rath inmiddels bekend staat als een internationaal gerenommeerde pleiter voor natuurlijke gezondheid. Hij zegt: "Nog nooit in de geschiedenis van de geneeskunde werden onderzoekers zo spinnigdig aangevallen vanwege hun ontdek-

kingen. Laten we niet vergeten dat gezondheid niet zomaar aan ons gegeven wordt maar dat wij daar steeds voor moeten vechten."

- U kunt dit artikel afdrukken en verdelen onder uw vrienden en collega's of per email doorsturen **[www4nl.dr-rath-foundation.org](http://www4nl.dr-rath-foundation.org)**
- Deze informatie is gebaseerd op wetenschappelijke studies en is geen vervanging voor medisch preventief advies of medische behandeling
- © 2015 Dr Rath Research Institute Santa Clara, California, USA. Wij moedigen de verspreiding van dit nieuwsblad aan mits de inhoud onveranderd blijft.

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met: