

## Samengevat

Menthol kristallen kunnen gebruikt worden in allerlei variaties. Zoals je ziet zijn er ook veel overlappingen, zodat je menthol kunt gebruiken op een manier die je prettig vindt en die dus goed bij je past.

Veel genoemd in de opsomming:

- Desinfecterend
- Besmetting voorkomen
- Tegen pijnklachten
- Tegen infecties
- Bevordert genezing
- Tegen virusen
- Tegen bacteriën
- Helpend bij keel/hoofweg ontstekingen

## Voorkomen

Deze problemen kunnen natuurlijk ook preventief met menthol behandeld worden. Eigenlijk mag een bakje menthol in het medicijnkastje niet ontbreken. Ook op vakantie aan aandrader: neemt in de bagage weinig ruimte in, maar kan veel problemen voorkomen en aanpakken.

## Extra Informatie

De Menthol in menthol kristallen is zoals veel stoffen die wij als 'veilig' beschouwen alleen schadelijk als men er mee geconfronteerd wordt in grote hoeveelheden.

Bij normaal gebruik is een schadelijke dosis niet snel te bereiken. Alleen bij het gebruik in voeding is het verstandig er rekening mee te houden dat u het gebruik niet overdrijft. Menthol is een sterke stof en kan dus ook ingewonden en mag irriteren bij overmatig gebruik.

**Meer informatie over de Chemische samenstelling van het product menthol vindt u op Wikipedia:**

<https://nl.wikipedia.org/wiki/Menthol>

## Producten

Er is inmiddels een groot aantal producten op de markt gekomen, waarin menthol is verwerkt, met alle voordelen die menthol biedt. Gebruik deze producten volgens de gebruiksaanwijzingen.

## Goed bewaren

Enkele tips en aanwijzingen om langer van de mentol te kunnen genieten:

- Menthol is gevoelig voor licht, lucht en warmte. Staat het bakje steeds goed af, zet het niet in het licht. Bij voorkeur bewaren in de originele verpakking (Menthol wordt meestal verkocht in een grijs of transparant bakje)
- Schenk menthol in heet water niet over in plastic flesjes. De menthol kan het kunststof aantasten
- Bewaar de menthol koel. Dus niet in de zon, bij de verwarming, kachel o.l.d.
- Menthol mag zowel uitwendig als inwendig worden gebruikt. Pas wel op het kan de ogen en slijmvliezen irriteren. Let er dus vooral op dat kinderen hier niet bij kunnen.

## Contact opnemen

[Sowiro.com](http://www.sowiro.com)

Alkali 34

4102 JM Culemborg

(+31)30 320 0 623

[info@sowiro.com](mailto:info@sowiro.com)

Bezoek ons op internet:  
<http://www.sowiro.com>



# MENTHOL KRISTALLEN

## Gebruiksaanwijzing

## Gebruik van Menthol

Menthol kan gebruikt worden tegen bacteriën, virussen, en heeft een verkoelende werking. Omdat het zo'n veelzijdig product is, met een veelzijdige werking, zijn er ook heel wat verschillende toepassingsmogelijkheden.

### Vóór het gebruik

Hoewel menthol een sterk werkend middel is, dat in principe niet giftig is, is het altijd verstandig voorzichtig te zijn. Dat houdt in: voor gebruik controleren of er geen sprake is van overgevoeligheid. Enkele gebruikstips:

- De huid kan gevoelig reageren op onverdunde menthol. Het is goed daarom eerst een kleine huidtest te doen. Dat kun je doen door een kristal over de rug van je hand te wrijven. Als er sprake is van irritatie, dan spoel je goed af. Gebruik de menthol voorzichtig alleen verdund met warm water of alcohol. Test ook dat even uit.
- Als menthol te geconcentreerd is kun je deze verdunnen met warm water of alcohol.
- Laat menthol nooit in contact komen met de ogen.
- Menthol mag u zowel uitwendig als inwendig gebruikt worden.
- Menthol heeft een sterke werking. Tijdens de zwangerschap en bij baby's (tot 18 maanden) alleen verdund gebruiken.
- Ook bij huisdieren de menthol alleen verdund gebruiken.
- Let bij de aanschaf van menthol erop dat je goede kwaliteit koopt. Mindere kwaliteit kan goedkoper zijn, maar ook minder effectief. Meestal als er op staat dat het zelfbaar is heeft u een goede kwaliteit

## Toepassingen

### Aroma

Deze enkele kristallen in granulier of schaalijde heet water. Je kunt het ook toevoegen aan de luchtverlichting aan de radiator.

### Werkling

- Desinfecteert
- Helpt besmettingen te vermijden
- Frisse, opwekkende geur in huis
- Tegen hinderlijke insecten

### Inhaleren

Deze enkele kristallen in een bak heet water. Ga hierboven hangen, met een handdoek over je hoofd en over de bak, zodat je niet je gezicht in de damp hangt. Adem nu vijf tot tien minuten de aromatische dampen in. Omdat je altijd moet zorgen dat menthol niet in de ogen komt, is het verstandig hierbij de ogen gesloten te houden!

### Werkling

- Tegen kriebelende hoest
- Bij luchtwegaandoeningen
- Tegen huidproblemen zoals acné, psoriasis, mee-diers, etc.
- Voor een goede huidverzorging
- Tegen verkoudheid

### Kompressen

Gebruik voor open wonden steriele doeken. Wrijf ongeveer vier kristallen op een natte doek. Je kunt de doeken natmaken met warm of met koud water - dat ligt aan de omstandigheden.

### Werkling

- Verlicht pijn
- Desinfecteert
- Genezing verloopt sneller

### Shampoo

Meng een aantal gemalen kristallen met je eigen shampoo.

### Werkling

- Versterkt het haar
- Versteekt de huid
- Verkoelend effect
- Voorkomt besmetting met hoofdluis



## In uw foetie of een ander gerecht



Mentholkristallen kunnen in verschillende soorten vulling worden gebruikt.

Bij SoWiRo.com geïmporteerde mentholkristallen kunnen in gerecht worden gebruikt. Zeker bij bepaalde recepten kan de mint smaak lekker zijn.

Kijk wel uit voor een te hoge dosering, de smaak overtreft al snel. U kunt de menthol bijvoorbeeld eerst laten smelten in heet water. Gebruik op 1 liter water maximaal 1 gram (warmte (sojabon) is ook prima te gebruiken)

Bij SoWiRo.com verkochte kristallen zijn USP grade. Dit betekent dat ze van de hoogste kwaliteit en zuiverheid zijn dat ze zelfs in geneesmiddelen gebruikt kunnen worden. Het gebruik in uw eten is dus geen enkel probleem.

## In Bad, Douche of Sauna

Mentholkristallen zorgen in een sauna of bad voor een verkoelend en verfrissend effect.

Mentholkristallen worden vaak gebruikt in sauna's. Ze kunnen direct op de stenen gestrooid worden of eerst verdund worden in water. In bad kunt u (maximaal 1 gram) toevoegen aan het warme badwater. Ook is het mogelijk ze tijdens het douchen te gebruiken. Kook wat water doe dit in een glas/ beker doe er (maximaal 2 gram) menthol bij en zet het in een boekje van uw douche op de grond, zodat u het niet ontstaat.

In de sauna, uw bad of onder de douche zorgen mentholkristallen voor een lekkere frisse geur. Verder zorgen ze voor een fijne ademhaling en een verhoogde concentratie en aandacht.



## In Cosmetics

Menthol (al dan niet in de vorm van mentholkristallen) wordt gebruikt in verschillende soorten cosmetica zoals balms, zalves, voetproducten, hoofdhuidproducten, koelende gels, shampoo, douchegels en nog veel meer vormen van cosmetica.

Ook hobbyisten die zelf cosmetica maken gaan regelmatig aan de slag met menthol. Kijk hiermee wel uit, alhoewel menthol niet giftig is, kan het wel irriteren in ogen, open wonden en andere kwetsbare lichaamsdelen. Eventuele irritatie kan makkelijk worden verholpen door goed te spoelen met water.

