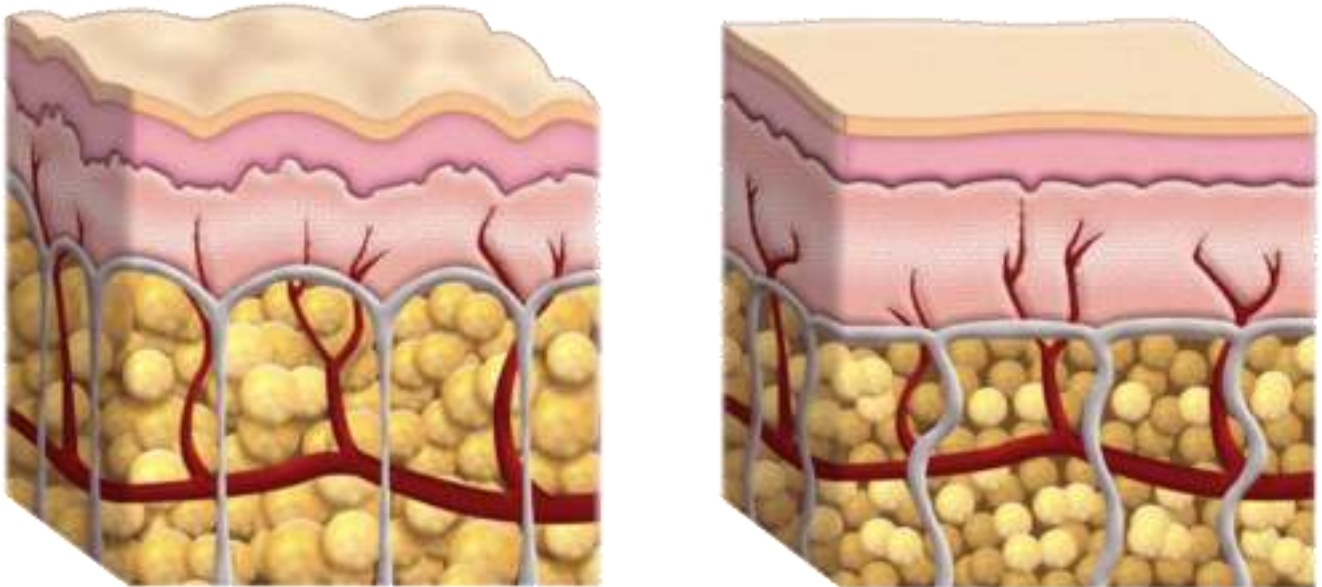


Cellulite, cellulitis en sinaasappelhuid



Veel vrouwen hebben er last van en bijna iedere vrouw die cellulite heeft, voelt zich niet meer aantrekkelijk. En vraagt zich af: "Wat kan ik tegen mijn sinaasappelhuid doen?".

Wat is cellulite of sinaasappelhuid? En wat is cellulitis?

Cellulite wordt vaak verward met cellulitis, dat is echter een ontsteking van het onderhuidse bindweefsel. Cellulite is geen ziekte, maar is wel ontsierend.

Een sinaasappelhuid wordt vooral veroorzaakt door toename van het vrouwelijk hormoon oestrogeen (pil), stress en een slechte bloedsomloop. Je lichaam slaat dan vet op, op plaatsen waar de bloedsomloop het slechtst is. Daarom hebben veel vrouwen, jong en oud, meer vet rond heupen, billen, buik en dijen. Op deze plaatsen ontstaan vetophopingen en blijven vocht en afvalstoffen hierin vast zitten.

Het is voor iedereen bekend dat je van fastfood dik wordt. Maar het is minder bekend dat afvalstoffen en gifstoffen door het lichaam worden opgeslagen in de vetcellen. En dat grote vetcellen cellulite veroorzaken. Op momenten dat je teveel afvalstoffen binnen krijgt en je lever ze niet meer kan verwerken, worden deze afval- en gifstoffen opgeslagen in je vetcellen. Met andere woorden; hoe meer afvalstoffen je lichaam binnen krijgt, hoe meer dat je vetcellen worden opgevuld. Door de steeds groter wordende vetcellen komen de bindweefselschotjes onder spanning te staan en worden deze vetcellen naar boven gedrukt. De sinaasappelhuid is dan zichtbaar. Als deze ophopingen en verklevingen lange tijd aanwezig zijn, raken ze verhard. Hierdoor worden het vocht, vet en de afvalstoffen ingesloten, met als gevolg dat de doorstroming van voedingsstoffen en afvalstoffen stagneert.

Er zijn 4 fasen cellulite:

Fase 1: Je ziet geen cellulite als je staat of ligt.

Als je huid tussen duim en wijsvinger neemt en erin knijpt (pinchtest), zie je een lichte vorming van kronkels in je huid maar geen sinaasappelhuid.

Fase 2: Je ziet geen cellulite als je staat of ligt.

Maar als je de pinchtest doet, zie je een sinaasappelhuid.

Fase 3: Je cellulite is zichtbaar als je staat.

Fase 4: Je cellulite is zichtbaar als je staat én als je ligt.

Hoe kom je van je cellulite af?

Het is moeilijk om van cellulite af te komen als je het al hebt, probeer het daarom liever te voorkomen, want cellulite wordt met de jaren alleen maar erger. De beste manier om je cellulite te verminderen, is om je bloedsomloop te stimuleren. En dat gaat uitstekend met deze cellulite rollers.