



## Ruskolevä

Sisältää runsaasti jodia. Levä vaikuttaa elimistön ainevaihduunnalliseen prosessiin suosien rasvojen pilkkoutumista ihonalaisessa rasvakudoksessa. Mikäli levä ei sisällä jodia riittäviä määriä, sen vaikutusta vahvistaa jodin läsnäolo muissa levälajeissa. Mineraalisuolojen ja hiukkasten panoksen ansiosta levällä on myös antitoksinen eli vastamyrkyllinen vaikutus organismissamme, edistäen myrkkujen poistumista kehostamme. Levällä on tietysti myös pehmittävä ja kosteuttava vaikutus.

## Ominaispiirteet:

Levä on kasvilimasta, joka sisältää kylmähappoja, mineraalisuoloja (erityisesti jodia ja kaliumia), vapaita jodeja, hiukkasia, proteiineja, vitamiineja, sokereita ja lehtivihreää.

## Kosmeettinen käyttö:

Levää käytetään enimmäkseen henkilökohtaisen hygieniatuotteiden valmistukseen (suihkuvahto ja kylpysuolat). Sitä käytetään myös hierontavoiteissa, selluliitin ja paikallisten rasva-alueiden ehkäisyyn käytettävissä erikoishoidoissa.

## Alkuperä:

Eri levistä käytetään niiden kanta: jonka jälkeen ne kuivataan ja uutetaan. Näin siitä saadaan glykoli- eli sokeriuutetta, sekä löysää että kuivaa sokeriuutetta. Eri lajien levistä useimmin käytetään kuitenkin levää, jonka latinankielinen nimi on *Fucus vesiculosus* (Meritammi).