

Die heissesten Tips für Schönheit & Wohlbefinden in der Winterzeit

Autor(en): **[s.n.]**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **54 (1997)**

Heft 2: **Traditionelle Medizin aus Tibet**

PDF erstellt am: **27.09.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-554293>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern. Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Die heissesten Tips für Schönheit &

HAARE

Bei kalt-trockener Winterluft oder in geheizten Räumen werden die Haare leicht trocken und elektrisch. Verwöhnen Sie ihre Haare jetzt etwas mehr als sonst. *Haarwasser aus frischen Brennnesseln* aktiviert die Funktionen der Kopfhaut und fördert, dank natürlicher Kieselsäure, den Haarwuchs. Eine Packung mit einem bis zwei Eigelb und etwas Olivenöl tut immer gut.

LIPPEN

Trockene Lippen werden rau, manchmal sogar rissig. Solches Ungemach verhindert ein Hauch von *Bioforce-Crème*, der, oft genug aufgetragen, auch einen gewissen Sonnenschutz bietet.

FÜSSE

Ein warmes Fussbad mit ein paar Tropfen des Pflanzenöls *Juniperosan* lässt kalte Füße und klamme Zehen «auftauen». Nach dem Bad fördert das Einreiben mit diesem Fusspflege-Öl die Durchblutung, es belebt und entspannt.

GESICHT

Die Gesichtshaut braucht tagsüber Pflege und Schutz vor dem Austrocknen, nachts muss sie sich erholen können. Eine milde Reinigung und eine schonende Desinfizierung gehören zur optimalen Pflege dazu. Mit den vier Produkten aus der *Viola-Gesichtspflegelinie* pflegen und nähren Sie Ihre Haut 100% natürlich.

Geplatze Äderchen sind eigentlich schlaffe Äderchen, die sich erweitert haben. Wechselduschen oder Wechselgüsse verbessern die allgemeine Durchblutung, doch wer zu Couperose neigt, sollte die Gesichtshaut vor der Kälte besonders schützen.

Die matte *Echinacea-Crème* spendet die wichtige Feuchtigkeit, schützt und besänftigt als Tages- und Nachtcrème die Haut von Männern und Frauen. Ist die Luft besonders eisig, nehmen Sie für Nase und Wangen ruhig etwas *Bioforce-Crème* zusätzlich!

it & Wohlbefinden in der Winterzeit

AUGEN

Kurze Tage, trübe Tage: In der Jahreszeit der langen Nächte werden die Augen leicht überanstrengt. Kleine Wattekompresse mit warmem Kamillentee beruhigen, und eine Karotten-Kur liefert das notwendige Augen-Vitamin A, das aus dem Betacarotin im Körper auf natürliche und nie überdosierte Weise hergestellt wird. Super einfach wird eine solche Kur mit dem 100% natürlichen Biocarotin-Instant-Pulver. Schon 2 Teelöffel pro Tag genügen. Da Vitamin A fettlöslich ist, nimmt man *Biocarottin* zusammen mit einem fetthaltigen Nahrungsmittel, z.B. etwas Milch.

HÄNDE

Hände werden von der Winterluft oft trocken und rauh, und ältere Menschen haben bei Kälte oftmals stärkere Schmerzen in den Fingergelenken als sonst. Massieren Sie so oft wie möglich, aber wenigstens

jeden Abend die Hände von der Fingerkuppe bis übers Handgelenk warm und weich. Verwenden Sie dazu die pflegende und durchblutungsfördernde *Wallwurz-Crème* mit Frischpflanzentinktur aus Wallwurz. Reiben und kneten Sie sanft, bis die Salbe ganz eingezogen ist. Sie werden bald spüren, wie gut das tut!

HAUT

Eine Körpermassage mit Bürste oder Luffahandschuh vertreibt nicht nur die verhornten, abgestorbenen Hautzellen, sondern fördert auch die Durchblutung. Reiben Sie nach dem Bad oder der Dusche ein natürliches Hautöl in die noch leicht feuchte Haut – z.B. Orangen- oder Zitronen-Körperöl – , und Sie werden sich pudelwohl und gesund fühlen.

Die Haut spielt nicht nur in puncto Schönheit eine Rolle, sondern vor allem auch in Sachen Gesundheit. Tun wir unser möglichstes, sie sauber, atmungsaktiv und geschmeidig zu erhalten. *Hamamelis-Seife* eignet sich für jeden Hauttyp und ist besonders hilfreich, wenn man zu starkem Schwitzen neigt. *Symphytum-Seife* mit frischer Wallwurz-Tinktur pflegt die stark beanspruchte Haut, und für empfindliche, zu Entzündungen neigende Haut empfiehlt sich die *Echinacea-Seife*. Bei Hautreizungen und Allergien hat sich, nach dem Duschen oder Baden, das Spülen mit verdünntem *Molkosan* (1 dl [100 ml] auf 9 dl [900 ml] Wasser) als wohltuend erwiesen. • IZR