



Freiheit für die Füße. Bild: Maridav | fotolia

20.06.2018 13:54 CEST

Sommer-Fußpflege: Schön gepflegt durch den Sommer

Die warme Jahreszeit lockt uns nach draußen. Wenn die Temperaturen steigen, wollen wir unsere Füße nicht mehr in geschlossene Schuhe zwingen. Also: Her mit der Freiheit für die Füße! Übermäßige Hornhaut, Hühneraugen und ungepflegte Nägel stören da nur. Gegen diese Probleme haben wir einige Tipps gesammelt.

Trockene Haut und Hornhaut sind nicht schön anzusehen und können zu weiteren Hautproblemen führen. Nehmen Sie sich daher regelmäßig Zeit, um Ihren Füßen mit Fußpflegecremes Feuchtigkeit zukommen zu lassen. Damit

unterstützen Sie die Funktionen und Abwehrkräfte der Haut. Ein weiterer Feuchtigkeitsspender ist ein Fußbad, das zum Beispiel Inhaltsstoffe wie Mandelöl oder Avocadoöl enthält (GEHWOL FUSSKRAFT Soft Feet Pflegebad). Lassen Sie die Füße im warmen Wasser für circa zehn Minuten sanft entspannen. Für Diabetiker eignen sich lediglich kurze Fußbäder von maximal drei bis fünf Minuten. Dabei sollte die Temperatur des Wassers nicht mehr als 35 °C betragen.

Die Nägel in Form bringen

Anschließend können Sie die vom Bad aufgeweichten Zehennägel mit einer Feile kürzen. Jedoch sollten Sie die Nagelecken nicht mit abfeilen, da der Nagel sonst einwachsen kann. Das Abtragen von „übermäßiger Hornhaut“ überlassen Sie besser dem Fußprofi. Sonst besteht die Gefahr, dass Sie zu viel Haut abhobeln. Wer in Eigenregie der Hornhaut zu Leibe rückt, sollte das sehr vorsichtig mit einer Hornhautfeile tun. Ein gesundes Maß an fester Fußhaut ist nämlich nützlich: Sie schützt vor Belastungen und kann Blasen und Schürfwunden vorbeugen. Diabetiker sind beim Fuß-Spezialisten besser aufgehoben. Aber auch für Nicht-Betroffene lohnt sich die professionelle Fußpflege: Denn dort werden schmerzhaftes Hühneraugen fachgerecht entfernt und auch sonst wird der Fuß nach allen Regeln der Kunst und Hygiene gepflegt und verwöhnt.

Paint it!

Der Sommer ist die perfekte Zeit für strahlend schöne Nägel und fröhliche Farben. Dieses Jahr wird es mit den Trendfarben Türkis und Gelb knallig. Wem das zu „dick aufgetragen“ erscheint, der liegt auch mit einem Perlmutter-Nagellack richtig. Seidiges Perlmutter lässt Ihre Finger- und Zehennägel glamourös schillern und kommt dabei der natürlichen Nagelfarbe nahe. Leiden Sie unter Nagelproblemen wie etwa Nagelpilz oder brüchigen Nägeln, sollten Sie jedoch vorsichtig sein. Verwenden Sie dann allenfalls einen medizinischen Nagellack. Holen Sie auf jeden Fall vorab ärztlichen Rat ein.

Dufte Füße

Fußgeruch ist vielen ein Graus und kann zur peinlichen Angelegenheit werden. Dabei ist Schweiß an sich eigentlich geruchsneutral. Erst die Bakterien, die auf der Haut leben und den Schweiß nach und nach zersetzen, sorgen für die unangenehmen Duftwolken. Verwenden Sie daher schon

morgens desodorierende Präparate wie beispielsweise GEHWOL FUSSKRAFT GRÜN. Meiden Sie zudem, wenn möglich, synthetische Materialien und greifen Sie bei Socken zu atmungsaktiven Stoffen wie Baumwolle.

Achtung, Fußpilz!

Im Sommer freuen sich Fußpilzerreger. Die Schwimmbäder haben Hochkonjunktur und viele Menschen laufen barfuß. In Duschen, an Becken, in Umkleidekabinen und Co. lauert die Gefahr. Die Erreger können lästigen Fuß- und Nagelpilz verursachen. Nehmen Sie zum Planschen stets Ihre Badelatschen mit. Trocknen Sie nach dem Schwimmen Ihre Füße gut ab. Auch im Hotel sollten Sie Ihre Badelatschen nutzen.

3.000 Zeichen inkl. Leerzeichen

Abdruck honorarfrei / Beleg erbeten

Produktinformation

GEHWOL FUSSKRAFT Soft Feet Pflegebad

Mandel & Vanille für gepflegte Füße und Beine.

GEHWOL FUSSKRAFT Soft Feet Pflegebad verwöhnt Füße und Beine mit einem unvergesslichen Baderlebnis. Eintauchen und sanft entspannen! Nach nur einem Bad fühlt sich die Haut wunderbar zart an. Das Bad eignet sich für jeden Hauttyp, vor allem für trockene und sensible Haut. Denn die Essenz enthält einzigartige Wirkstoffe, die das Bad in eine reichhaltige, harmonisierende Reinigungs- und Pflegemilch verwandeln. Mandelöl etwa beruhigt die Haut, macht sie schön weich und gibt ihr Schutz. Hinzu kommt verführerische Vanille, die zusammen mit Vitamin E sowie Avocadoöl viel Feuchtigkeit spendet, Hornhaut aufweicht und ein glattes, vitales Hautbild hervorzaubert. GEHWOL FUSSKRAFT Soft Feet Pflegebad besitzt ein speziell für sensible Haut entwickeltes Netzmittel. Es sorgt dafür, dass sich die enthaltenen Pflegeöle gleichmäßig im Wasser verteilen. So entsteht eine milchschrimmernde, angenehm duftende Emulsion, die intensiv Feuchtigkeit spendet und die Hautflora schützt.

Anwendung: Für ein Fußbad gibt man 1 Esslöffel in 4-5 Liter warmes Wasser.

Auch als Dusch- oder Vollbad verwendbar.

Dermatologisch geprüft. Für Diabetiker hervorragend geeignet. Auch als Dusch- oder Vollbad anwendbar.

200-ml-Flasche: 11,85 Euro (UVP)

Erhältlich in Fußpflege- und Podologiepraxen sowie Kosmetikinstituten

Produktinformation

GEHWOL FUSSKRAFT GRÜN

Hält Füße geruchlos – naturfrisch

GEHWOL FUSSKRAFT GRÜN enthält in einer schnell einziehenden, pflegenden Cremegrundlage mit Sheabutter, Jojobaöl und Aloe Vera den Wirkstoffkomplex Deozinc für den lang anhaltenden Schutz vor Fußgeruch. Die Schweißbildung wird normalisiert. Die Füße werden frisch, geruchlos, glatt und geschmeidig. Bewährte desinfizierende Wirkstoffe verhüten Fußpilz, Juckreiz und Bläschenbildung zwischen den Zehen. Natürliche ätherische Öle, belebender Kampfer und kühlendes Menthol lindern Fußbrennen und Fußschmerzen. Dermatologisch geprüft. Auch für Diabetiker hervorragend geeignet.

75 ml Tube: 6,50 € (UVP)

125 ml Tube: 8,40 € (UVP)

Erhältlich in Fußpflege- und Podologiepraxen sowie Kosmetikinstituten

Die Eduard Gerlach GmbH ist mit ihren beiden Marken GEHWOL und GERLACH TECHNIK einer der beliebtesten Komplettanbieter für Fußpflege-Präparate und -Technik. Das Vollsortiment umfasst Präparate mit unterschiedlichen Darreichungsformen, Galeniken und

Wirkstoffformulierungen sowie für unterschiedliche Hauttypen und Hautprobleme. Die Präparate sind ausschließlich in Apotheken, Fußpflegepraxen und Kosmetikinstituten erhältlich.

Kontaktpersonen



Dirk Fischer

Pressekontakt

dirk.fischer@dkcommunications.de

069/ 61 998-21



Marie-Therese Mink

Pressekontakt

marie-therese.mink@dkcommunications.de

069/ 61 998-12