

Eine wertvolle Hilfe für alle, die viel sitzen müssen.

Der Wirkstoff aus der Rosskastanie

Sitzende Tätigkeiten können venöse Stauungen begünstigen. Eine Statistik gibt an, dass 20% aller Erwachsenen unter Krampfadern oder Beinbeschwerden leiden.

Ein natürlicher Wirkstoff, der dagegen helfen kann, ist das **Äsculin** aus der Rosskastanie. Äsculin wirkt gefässdichtend und stärkend auf die Venen. Wenn Sie also „mit den Beinen zu tun haben“, dann unser Rat:

jeden Abend ein Fußbad mit Rosskastanie. Dauer etwa 10 Minuten, Temperatur etwa 36°C.



Wer beruflich viel sitzen muss, sollte besonders auf seine Gesundheit aufpassen. Dabei können verschiedene Naturprodukte helfen

Ein Produkt, zu dem Sie Vertrauen haben dürfen, ist unser *Schaumbad Rosskastanie* das nur aus natürlichen Produkten hergestellt wird. Wir empfehlen eine Dosierung von etwa 20ml je Fussbad.

Natürlich kann das Fussbad nur ein Teil einer umfassenden Behandlung

sein. Deshalb dürfen Sie folgendes nie vergessen:

1. *Ganz wichtig ist Bewegung und nochmals Bewegung.*
2. *Venöse Stauungen sind oftmals auf zu flache Atmung zurückzuführen. Richtige Atemtechnik (darüber gibt es gute Literatur) kann hilfreich sein.*
3. *Vitamin E begünstigt die Sauerstoffversorgung des Körpers. Dieses Vitamin finden Sie in Getreidekeimlingen und Keimölen.*
4. *Oft ist auch die Verstopfung mitbeteiligt. Also: zugreifen bei Frischkost und sparen bei Zucker, Salz und Weissmehlerzeugnissen.*
5. *Die Beinpflege mit natürlichen Produkten rundet die Behandlung sinnvoll ab. Unsere Empfehlung: Fuss-Massage-Emulsion.*