Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 54 (1997)
Heft: 2: Traditionelle Medizin aus Tibet

Artikel: Die heissesten Tips für Schönheit & Wohlbefinden in der Winterzeit
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-554293

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 24.12.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

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

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.

Geplatzte 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!

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.

& Wohlbefinden in der Winterzeit

Augen

Kurze Tage, trübe Tage: In der Jahreszeit der langen Nächte werden die Augen leicht überanstrengt. Kleine Wattekompressen 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 Biocarottin-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