

Nicht nur kulinarisch ist Salz wichtig. Auch zur Hautpflege, für Hals, Nase, schwere Beine und Wellnessanwendungen geht nichts ohne – auf die richtige **Auswahl** kommt es an.

Schön & gesund



© Wavebreak Media Ltd / 123rf.com

Versagte früher die Stimme oder machte sich ein unangenehmes Kratzen im Hals bemerkbar, wurde mit lauwarmer Salzlösung gegurgelt. Das ist über 150 Jahre her. Salz war auch damals schon ein probates Mittel, um Schleimhäute zu stärken. Im Zuge zahlreicher Forschungen wurden Rezepturen ver-

bessert. Das Resultat ist heute ein breites Angebot an salzigen Produkten für Hals, Nase und Rachen. Stellt sich die Frage, warum hier kein herkömmliches Speisesalz ausreicht? Erklären Sie Kunden, was es damit auf sich hat. Wird die Nase mit einer Lösung aus „normalen“ Salz gespült, zeigt sich meist eine kurzfristige Befeuchtung. Nur leider ist selbst das Do-

sieren der Salzmenge nicht so einfach, schnell kann es zu viel sein und letztlich Schleimhäute mehr reizen als lindern. Spezielle Salze für Nasenduschen aus Ihrem Sortiment sind optimal dosiert und einfach in der Anwendung. Dank des hohen Gehalts an Hydrogencarbonationen werden dabei saure Stoffwechselprodukte neutralisiert und Entzündungen ge-

puffert. Es wirkt schleimlösend, abschwellend und kann zur Heilung gereizter Nasenschleimhaut beitragen. Darüber hinaus löst das Salz in der lauwarmeren Sole Verkrustungen, befreit die Nase von Viren und Bakterien. Dank der komplexen Zusammensetzung werden die für den Abtransport des Sekrets zuständigen Flimmerzellen angeregt.

Keine Angst! Viele Kunden scheuen sich vor der Anwendung einer Nasendusche oder empfinden sie als unappetitlich. Räumen Sie mit diesen Vorurteilen auf und erklären, wie sinnvoll und wohltuend Nasenduschen bei Allergien und Erkältungen sind. Selbst Kinder und Schwangere können sie regelmäßig anwenden. Wer die Technik einmal probiert hat, bleibt meist bei der effektiven und nebenwirkungsfreien Hilfe. Damit Sie die Anwendung erklären können, machen Sie den Selbsttest. Zur Befeuchtung des Rachenraums, zum Schutz der Stimme und beispielsweise beim Gefühl des ständigen Räusperns hilft Salz.

nenbad. Besonders bewährt hat sich hier Salz aus dem Toten Meer. Sein hoher Magnesiumgehalt hilft bei trockener, zu Irritationen neigender Haut, schützt vor unnötigem Austrocknen und wirkt glättend. Besonders Kunden, die allergiebedingt auf zahlreiche Zusätze verzichten müssen oder möglichst natürliche Produkte bevorzugen, kommen hier auf ihre Kosten. Die Wassertemperatur sollte nicht zu heiß (über 38 °C) sein, das würde unnötig austrocknen und den Kreislauf anstrengen. Wer regelmäßig im angenehmen Nass mit passenden Zusätzen badet, lindert Hautunreinheiten und kann die Struktur

»Für Peelings eignen sich beispielsweise Meersalz und Totes Meer Salz.«

Hautschmeichler Peelings auf Salzbasis sind eine praktische Möglichkeit, die Haut von Hautschüppchen zu befreien. Dazu eignen sich beispielsweise Meersalz und Totes Meer-Salz aus Ihrem Sortiment. Mit etwas Oliven- oder Mandelöl mischen, Körper damit vor dem Duschen abreiben, abduschen, fertig. Dank des enthaltenen Öls ist keine Bodylotion nötig. Schwere Beine und Füße freuen sich über ein Salzbad. Dazu eine Hand voll Meersalz in einer Schüssel mit warmem Wasser auflösen. Daneben eine zweite Schüssel mit kaltem Wasser stellen. Füße ein paar Minuten im Salzbad entspannen, dann ins kalte Wasser tauchen und wiederholen. Rein ins Badevergnügen geht es mit einem salzigen Wan-

des Bindegewebes verbessern. Neben Magnesium, das den Feuchtigkeitsgehalt der Haut bewahrt und sie geschmeidig weich hält, enthält dieses Salz Kalium, Kalzium und Bromid. Die besondere Mischung beruhigt empfindliche Haut, stillt unangenehmen Juckreiz und fördert eine gesunde Hautbalance. Dank seiner positiven Eigenschaften ist das Angebot an Salzkosmetik aus dem Toten Meer rasant gewachsen. Ob als klassisches Badesalz, praktische Gesichtsmaske bis hin zu Peelings, Ampullen, Duschgel und Körperlotionen im Apothekensegment werden diese Produkte mit gleichbleibend hoher Qualität angeboten. ■

*Kirsten Metternich,
Freie Journalistin*



WELEDA
Seit 1921



Ohne
Konservierungs-
stoffe

Visiodoron Malva®
Augentropfen
Natürliche Feuchtigkeit für
trockene Augen.

Im Einklang mit Mensch und Natur

www.weleda.de