



Gepflegte Zeichen

Sie sind die **Visitenkarte** des Menschen – ein fester Händedruck von einer angenehm weichen Hand, gepaart mit sauberen, glatten Nägeln, bleibt in Erinnerung. Wie es dazu kommt? Regelmäßig und gezielt pflegen!

Was früher meist ein rein weibliches Thema war, ist heute auch in den Fokus männlicher Kunden gerückt. Wer möchte sich schon gerne mit Händen Marke Reibeisen samt splittrigen Nägeln oder eingerissener Nagelhaut zeigen? Mit Kunden in punkto Handpflege ins Gespräch zu kommen, klappt meist einfach und problemlos. Beispielsweise, wenn Sie Handcreme in Reisegrößen oder als Sonderaktion an der Kasse platzieren. Schon ist der erste Schritt in Richtung Beratung geebnet. Besonders Männer haben oft rissige und trockene Nagelhaut. Gründe liegen in mangelnder Pflege und unbewusstem Knibbeln, beispielsweise

im beruflichen Alltag. Generell neigen Menschen, die täglich viel mit Papier arbeiten, zu trockenen Händen. Doch warum sind Hände und Nägel häufig noch trocken? Zunächst einmal haben sie zu wenig Fett und Feuchtigkeit. Eine verminderte Talgdrüsenproduktion fördert eine schlechte Feuchtigkeitsbindung. Die Hornschicht kann nicht aufgebaut werden. Folge ist eine schuppige, zu Spannungen neigende, raue Hautoberfläche. Dank mangelndem Fett- und Feuchtigkeitsgehalt leiden meist auch Nägel. Sie werden spröde, matt, können leicht brechen, einreißen oder splittern. Externe Faktoren, wie thermische Reize, Heizungsluft, Klimaanlage, UV-Strahlung, häufiges Händewaschen sowie aggressive

Reinigungsprodukte, begünstigen dies zusätzlich. Ebenso Stress, eine genetische Veranlagung, Allergien oder Diabetes.

Schnelle Veränderungen garantiert Der trockene Hautzustand ist kein unabwendbares Schicksal. Positive Resultate sind abhängig von der Intensität ihrer Beschaffenheit. Motivieren Sie Kunden zum Pflegen: Bereits nach dem ersten Anwenden spezieller Handcremes gibt es ein sichtbares und fühlbares Ergebnis. Und das sollte der Kunde direkt am eigenen Leib spüren: tragen Sie eine erbsengroße Menge geeigneter Creme auf seinem Handrücken auf. Jetzt gründlich einmassieren, schnell naht der Aha-Effekt. Insbesondere

wenn Produkte schnell und ohne fettigen Film wirken. Cremes, die schnell einziehen und neutral duften, sind ideal. Denn Männer cremen meistens nicht gerne. Spezielle Produkte für männliche Haut aus Ihrem Sortiment sind speziell auf diese Bedürfnisse abgestimmt. Ein gute Möglichkeit, Herren für die Handpflege zu sensibilisieren.

Empfehlen Sie zusätzlich, persönliche Gewohnheiten anzupassen. Bei Temperaturen unter 8 °C eine etwas reichhaltigere Pflege anwenden. Besonders wichtig sind Handschuhe: sie schützen optimal vor Kälte und nassem Wetter. Bei der Haus- und Gartenarbeit dünne Gummihandschuhe tragen. Im Anschluss Hände auch hier eincremen, damit verlorene Feuchtigkeit und Fett der Haut zurückgegeben werden. Handcreme sollte zusätzlich auch in die Nagelhaut einmassiert werden. Ein erster Schritt zur Nagelpflege.

Gute Produkte, ganz gleich für welches Geschlecht, sind reich an Ölen natürlichen Ursprungs und haben ein ausgewogenes Verhältnis an Feuchtigkeitsinhaltsstoffen, wie Gly-

cerin, Urea, Hyaluronsäure oder feuchtigkeitsspendenden Mineralstoffen aus dem Toten Meer. Moderne Handpflege sollte zusätzlich vor UV-Strahlung schützen. Spezielle Produkte mit Anti-Aging-Wirkstoffen oder zum Aufhellen von Pigmentflecken, sind besonders für ältere Kunden interessant. Empfehlen Sie als Spezialkur für besonders trockene Hände und Nägel eine reichhaltige Pflege vor dem Schlafen. Sie kann als Handmaske etwas dicker aufgetragen werden. Wichtig: auch in Nägel und Nagelhaut einmassieren. Baumwollhandschuhe anziehen, denn Wärme begünstigt das Einwirken der wertvollen Inhaltsstoffe.

Das 1 x 1 für gepflegte Nägel Wer regelmäßig Hände eincremt, sollte also auch Nägel und Nagelhaut nicht vergessen. Oft ist Letztere jedoch so trocken oder rissig, dass Handcreme allein auf Dauer keine deutliche Besserung bietet. Spezielles Nagelöl oder -pflegecremes sind genau auf die Bedürfnisse dieses Problems abgestimmt. Am besten vor dem zu Bett gehen einen Tropfen oder eine winzige Menge sorgsam in Nägel und Nagelhaut einmassieren. Wer dies täglich befolgt, wird zusehendes mit elastischer und gesunder Nagelhaut belohnt. Raten Sie dazu, niemals die Nagelhaut abzuschneiden. Das birgt unnötige Verletzungsgefahr. Spezielle Nagelhautweichmacher ermöglichen, dass sich Nagelhaut mit einem speziellen Holzstäbchen verletzungsfrei zurückschieben lässt. Nägel mit einer Glasnagel- oder Mineralfeile kürzen, nicht mit einem Nagelknipsen. Damit Rillen auf der Oberfläche geebnet werden, mit einer gepolsterten Polierfeile arbeiten. Diese haben verschiedene Oberflächen. Sie ebenen, versiegeln und verleihen Glanz. Das steht Männern und Frauen gleich gut. ■

*Kirsten Metternich,
Freie Journalistin*

BEWUSSTES HÄNDEWASCHEN

Am besten nur mit lauwarmem Wasser waschen. Durch zu heißes Wasser wird die Hautoberfläche aufgeweicht und Schadstoffe können leichter eindringen. Wer noch dazu Seife verwendet, läuft Gefahr, den Säureschutzmantel der Haut quasi wegzuwaschen. Denn die alkalischen Lösungen einer herkömmlichen Seife haben einen pH-Wert zwischen 8 und 10. Der hautteigene pH-Wert liegt bei etwa 5,5. Zum Händewaschen raten Sie Ihren Kunden, ein seifenfreies Syndet mit einem physiologischen pH-Wert anzuwenden.

„Sonnen-Vitamin“ D₃



Cefavit® D₃

hochdosiertes Vitamin D₃

1.000 IE entspr. 25 µg Vitamin D₃

Vitamin D trägt bei

- zur Erhaltung normaler **Knochen und Zähne**
- zur normalen **Calcium-Konzentration** im Blut
- zur Erhaltung normaler **Muskelfunktion**
- zur normalen **Zellteilung**
- zur normalen Funktion des **Immunsystems**



Cefavit® D₃: Nahrungsergänzungsmittel mit 1.000 IE entspr. 25 µg Vitamin D₃ (RDA 500%), 1 mg Vitamin E (RDA 8%). **Verzehrempfehlung:** Erwachsene 1 Filmtablette täglich. Kinder (ab 2 J.) und Jugendliche jeden 2. Tag 1 Filmtablette. Die Filmtablette mit etwas Flüssigkeit zu einer Mahlzeit einnehmen. **Hinweise:** Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise verwendet werden. Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. **Nur in Apotheken erhältlich.**



Cefak KG · PF 1360 · 87403 Kempten

www.cefak.com