

Fusspflege

Autor(en): **[s.n.]**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **39 (1982)**

Heft 11

PDF erstellt am: **21.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-970045>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern. Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Fusspflege

Die natürlichste Wohltat für die Füße wären vernünftige Schuhe, das heisst solche, die den anatomischen Voraussetzungen für ein normales Gehen Rechnung tragen. Darüber wollen wir heute nicht sprechen, denn dieses Problem wird nicht von der Vernunft, sondern von der Mode beherrscht. Auch über Deformierungen möchte ich heute kein Wort verlieren, besonders nicht, wenn sie durch unzweckmässige Schuhe ausgelöst wurden. Es geht um eine Fusspflege, die auf die Füße wohltuend wirkt, um sie leistungsfähig für die normale, tägliche Beanspruchung zu machen.

Wichtig ist, dass wir nach dem Duschen oder Baden, auch nach wohltuenden Kräuter- oder Meersalzbädern, die Füße kurz massieren, und zwar mit einem guten hautfettenden Öl oder mit Toxeucal-Öl, um Stauungszustände oder Schmerzen zu beseitigen. Wichtig ist es auch, dass wir abwechselnd mit Symphosan massieren, damit die Haut wieder besser atmet und die natürliche Geschmeidigkeit und Elastizität zurückerhält. Werden die Füße von Nervenschmerzen geplagt, so ist Johannisöl das rechte Mittel. Sollten sich beim Barfusslaufen im Strandbad Pilze eingenistet haben, dann sollte man sofort mit Spilanthes-Tinktur betupfen und nach dem Eintrocknen der Tinktur mit Johannisöl oder Nach einiger Zeit verschwinden diese lästigen Mikroorganismen wieder. Auch Arnika, Kamille, Ringelblumen, Rosskastanientinktur (*Aesculus hipp.*) ja sogar zeitweise Eichenrindenbäder sind immer eine gute Hilfe, um unsere Füße wieder frisch, gesund und leistungsfähig zu erhalten.

Neben all den guten Ratschlägen möchte ich den oft so geplagten Füßen vernünftige, gute Schuhe wünschen, die empfindliche Druckstellen und Hühneraugen verhindern. Der ganze Körper profitiert von einer guten Fusspflege, die übermässiges Schwitzen, Blasenbildung, harte Haut, Fussbrennen und dergleichen verhindert.

Wir suchen

Krankenschwester oder Pflegerin

für gut bezahlte Privatpflege. Der Posten würde sich auch für Jungverheiratete, die nicht voll ausgefüllt sind und sich einige Monate verpflichten möchten, bestens eignen.

Sich bitte schriftlich melden, mit näheren Angaben über Ausbildung etc., bei **Fam. A. Vogel, Hungerbachweg 11, 4125 Riehen**

Sanatorium Haus am Stalten

D-7853 Steinen-Endeburg,
Tel. (von der Schweiz aus) 0049 7629 471

Ideale, nebelfreie Lage im schönen Schwarzwald auf 700 m.ü.M.

Für Kuraufenthalte unter ärztlicher Leitung (Dr. Fels).

Auch für Erholungsaufenthalte bestens geeignet (ca. 25 Gäste).

Gesunde, rein vegetarische Kost, biologisch gezogenes Gemüse, eigene, natürliche Rohmilch, eigenes Quellwasser. Mässige Preise.

Von Basel aus in ca. 30 Minuten erreichbar.

Verlangen Sie Prospekte.

Auf biologisch-dynamisch geführten, vielseitigen Landwirtschaftsbetrieb wird

Lehrling evtl. Praktikant

gesucht. Eintritt nach Absprache.

**Peter Schneider, Steinisweg,
3034 Murzelen, Tel. 031 82 02 60**

BIOCHEMISCHER VEREIN ZÜRICH

Einladung zum öffentlichen Vortrag vom Dienstag, dem 16. Nov. 1982, 20.00 Uhr, im Restaurant «Löwenbräu Urania», 1. Stock.

W. Nussbaumer spricht über die Entzündungsstadien bei Erkältungen und die anzuwendenden Nährsalze.
