

Baden, schneiden und feilen Schön gepflegte Füße

An heißen Tagen sollten die Füße vorzeigbar sein, denn in Badeschuhen und Sandalen lassen sie sich nicht verstecken. Damit Ihre Füße und Nägel einen guten Eindruck machen, haben wir hier eine kleine Pediküre zusammengestellt!



Pflege
Da die Haut an den Füßen wenig Talgdrüsen hat, braucht sie viel Pflege. Fußcremes wirken durchblutungsfördernd und spenden Feuchtigkeit



Feilen
Nach dem Schneiden werden die Nägel mit einer Glasfeile bearbeitet, um scharfe Kanten und raue Stellen auszugleichen. Fußnägel sollten relativ gerade gefeilt werden



Schneiden
Zum Kürzen der Fußnägel eignet sich ein Nagelknipser. Mit einer Schere kann man dagegen besser die Form vorgeben und die Ränder an den Seiten abrunden

Warmes Fußbad
Einmal pro Woche wird es Zeit für ein Fußbad. Es reinigt, entspannt und kühlt an heißen Tagen. Während des Baden lässt sich die Hornhaut prima wegrubbeln



Fotos: ackiva-productions (4), P. Kabay



Stark gegen
Nagelpilz



Ciclopoli
Der einzige wasserlösliche Anti-Pilz-Lack

- + einfach und bequem anzuwenden
- + kein Feilen, kein Nagellackentferner
- + dringt rasch und tief in den Nagel ein
- + beschleunigt das Nagelwachstum
- + praktisch unsichtbar

www.nagelpilz-weg.de

rezeptfrei in Ihrer Apotheke

Ciclopoli® gegen Nagelpilz
Wirkstoff: 8% Ciclopirox. Wirkstoffhaltiger Nagellack zur Anwendung ab 18 Jahren. Anwendungsgebiete: Pilzkrankungen der Nägel, die durch Fadenpilze (Dermatophyten) und/oder andere Pilze, die mit Ciclopirox behandelt werden können, verursacht wurden. Warnhinweis: Enthält Cetylstearylalkohol, örtlich begrenzte Hautreizungen (z. B. Kontaktdermatitis) möglich. Apothekenpflichtig. Stand: Januar 2017. Polichem SA; 50, Val Fleuri; LU-1526 Luxembourg. Mitvertrieb: Almirall Hermal GmbH, Geschäftsbereich Taurus Pharma; Scholtzstraße 3; D-21465 Reinbek. info@almirall.de
Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

FÜR SIE ENTDECKT



Gesundes Haar
Abgestimmt auf die Haarstruktur pflegt die neue „Nivea Haarmilch“ das Haar seidig weich, ohne es zu beschweren. Alle Produkte duften nach Nivea. ca. 2,49 Euro, Nivea



Sonnenschutz
Die „Sensiderm Sun Cream“ eignet sich besonders für sensible Haut. 29 Euro, Schrammek



Profi-Styling
Für tolle Frisuren: Warmluftbürste mit 5 Aufsätzen. 50 Euro, Rowenta



Mehr Feuchtigkeit
Die „Skin Aquatics“ Gesichtscrème hydratisiert die Haut und beugt Fältchen vor. 35 Euro, bei Douglas