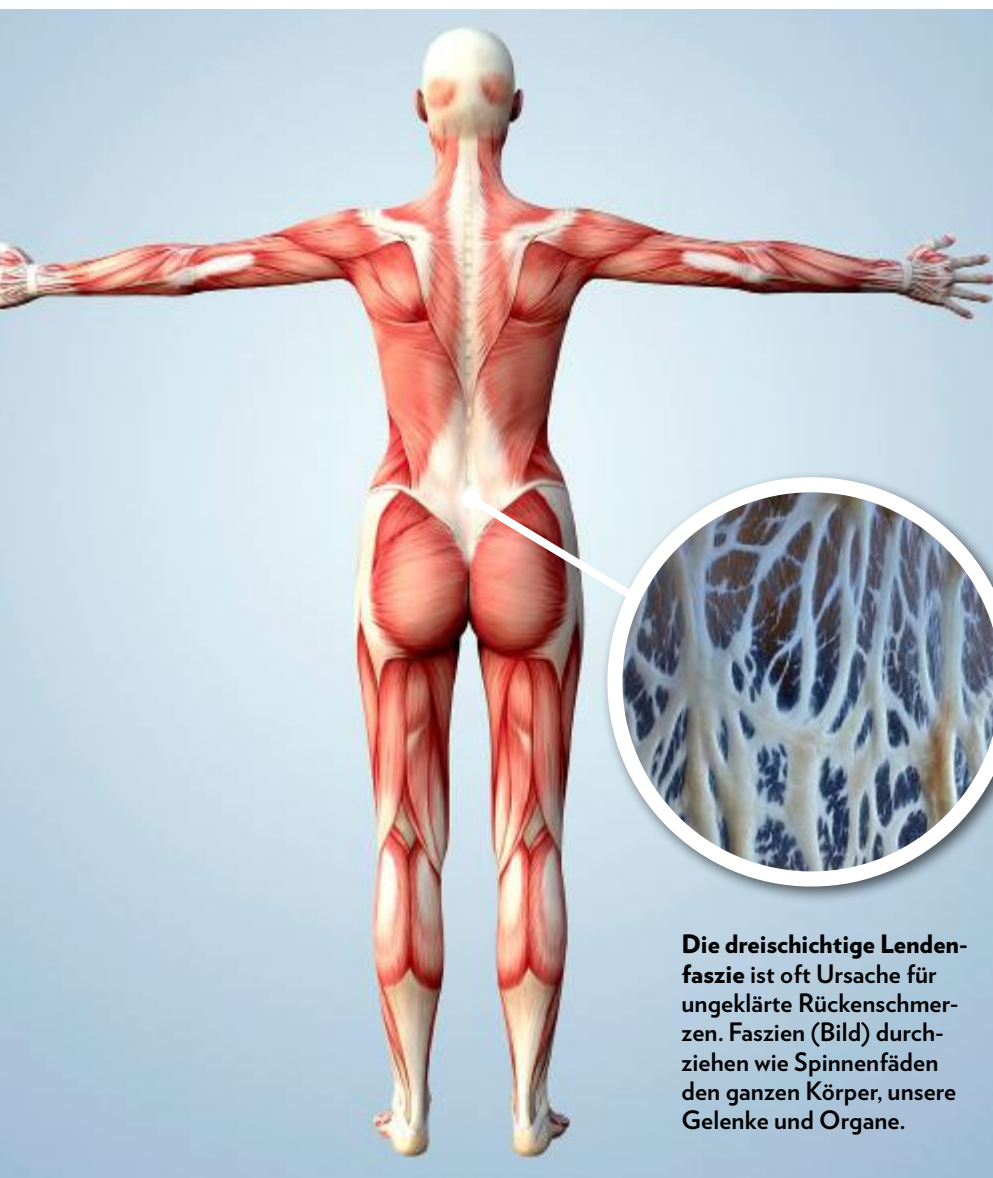


tisches Netzwerk



Die dreischichtige Lendenfaszie ist oft Ursache für ungeklärte Rückenschmerzen. Faszien (Bild) durchziehen wie Spinnenfäden den ganzen Körper, unsere Gelenke und Organe.

nen und Muskeln, den Schadstoffabbau an und erleichtert damit den Abtransport von Stoffwechselprodukten über die Lymphe.

Nicht angezeigt ist eine Faszieneigenbehandlung laut Rachel Luquet bei Weichteilrheuma, chronischen Schmerzen wie zum Beispiel Fibromyalgie, bei schmerzhaften Knochen- oder Gelenkvorsprüngen, bei Osteoporose, künstlichen Gelenken, offenen und akuten Verletzungen sowie bei einem Thrombose-Risiko. Wichtig für die Physiotherapeutin ist neben der Schmerzbefreiung nach Möglichkeit, alte Bewegungs-, Haltungs- und Schonmuster zu ver-

fizieren und zu korrigieren. «Wertvoll sind hierfür Ganzkörperbewegungen wie Feldenkrais, Alexander-Technik, Brügger-Therapie, Spiraldynamik sowie Yoga und Pilates», ergänzt Luquet. ●



Rachel Luquet Dipl. Physiotherapeutin und Reha-Pilates-Trainerin, MOT, CAS NDT Bobath, Studio Karolina Schmid, Mühle Tiefenbrunnen, Zürich.

PROMOTION

Lubex anti-age® 



rappiderm
DERMATOLOGIE & VENEROLOGIE



Dr. med. Susanne Kristof
Dermatologie und Venerologie
Rapperswil-Jona

EXPERTENTIPP

Lubex anti-age® day classic UV 30

Die dermatologische Intensiv-Formel gegen Hautalterung

Dr. Kristof, was macht die Anti-Aging-Wirkung des Lubex anti-age® day classic UV 30 aus?

Besonders jetzt im Sommer braucht die Haut viel Feuchtigkeit und UV-Schutz. Lubex anti-age® day classic UV 30 ist eine wirksame Anti-Aging-Tagespflege für eine sichtbar straffere und strahlende Haut, kombiniert mit einem hohen UVA- und UVB-Schutz (SPF 30):

- strafft die Haut durch Collagenaufbau
- glättet Mimikfalten
- erhöht die Widerstandsfähigkeit der Haut gegen die Stressfaktoren der Umwelt
- hydratisiert nachhaltig und macht die Haut geschmeidig
- UV-Filter: mineralische und chemische Filter (SPF 30)

Was sind die Vorteile von hohem UV-Schutz (SPF 30)?

Der hohe UVA- und UVB-Schutz von Lubex anti-age® day classic UV 30 schützt sofort nach dem Auftragen, zieht sehr gut ein, glänzt nicht und hinterlässt keinen weisslichen Film auf der Haut. Das Resultat ist ein angenehmes Hautgefühl.

Aus welchen Gründen empfehlen Sie Lubex anti-age® Ihren Patientinnen?

Alle Lubex anti-age® Produkte sind ohne allergene Parfumsstoffe, brauchen keine Konservierungsmittel, kommen ganz ohne Farbstoffe aus und sind daher sehr gut hautverträglich. Dank den Airlessdispensern sind Hygiene und Ergiebigkeit gewährleistet.

Erhältlich in Apotheken und Drogerien
Erfahren Sie mehr unter www.lubexantiage.ch

