



SALBEN, MASSAGEN UND WICKEL

Crems und Wickel selbst gemacht

Cellulite-Cremes oder auch -Wickel enthalten meist in verschiedenen Kombinationen **natürliche Wirkstoffe wie Zimt, Zypresse, Nelke, Eukalyptus, Pfefferminze, Wacholder, Zinnkraut, Orange, Zitrone, Rosmarin oder Geranie**. Aber auch Meeresalgen, Moor oder Kaffee sind beliebte Inhaltsstoffe. Allen gemeinsam ist, dass sie die **lokale Durchblutung und den Lymphfluss aktivieren**, den **Zellstoffwechsel verbessern** und **entwässernd wirken**.

Um die Wirkung der Inhaltsstoffe zu erhöhen, hilft es, die Salben nicht nur kräftig einzumassieren, sondern **zusätzlich Frischhaltefolie** zu verwenden. Dieses sogenannte Body Wrapping unterstützt zusätzlich die Durchblutung der betroffenen Stellen.

Egal, ob Sie die Cellulite Wickel fertig kaufen oder selbst machen – leichte Formen der Cellulite werden sich **bei regelmäßiger Anwendung verbessern**.

Massagen

Eine regelmäßige Massage kann sich ebenfalls auf Cellulite positiv auswirken. Dabei kommen **spezielle Massagegriffe und Drucktechniken** zum Einsatz, welche die Verklebungen im Bindegewebe lockern und sogar lösen können. Auch regen sie wie Crems und Wickel die Durchblutung und den Lymphfluss an. Die Massagen können mit eigens dafür entwickelten Geräten oder **auch per Hand** erfolgen. Auch **Massagebürsten und -handschuhe** können dabei zum Einsatz kommen.

Innovative Pflege von der Hautärztin

Dermatologin Dr. Sabine Schwarz und Apotheker Mag. pharm. Kowarik entwickeln derzeit eine **besondere Rezeptur** für ein eigenes Cellulite-Produkt. Das Besondere: Die **Wirkstoffe können durch spezielle „Transportmoleküle“ in das tiefere Bindegewebe eindringen** und dort das Fettgewebe erreichen. Erhältlich voraussichtlich ab Frühjahr 2020.