



WELLNESS UND VENEN



Venenlinik Bellevue
Ihre Spezialklinik am Bodensee

Wellness sorgt für körperliches und seelisches Wohlbefinden. Nicht alle Formen von Wellness sind ideal für Venenpatienten. Wer mit Mass Wellnesseinrichtungen wie Sauna, Thermalbäder und Solarium besucht, braucht indessen nichts zu befürchten.

Sauna und Thermalbäder

- Besuche kurz halten
- In der Sauna liegen, nicht sitzen
- Anschliessend Kaltwassergüsse

Kneippen und Barfussgehen

- Steigert das Wohlbefinden und fördert den venösen Rückstrom des Blutes zum Herzen

Solarium

- Solarien mit geringer Hitzeentwicklung und guter Ventilation sind für die Venen unbedenklich
- Verzichten Sie aufs Solarium bei Schwitzen und Hitzegefühl

Sonnenbaden

- Sonnenbaden ist für die Venen schlecht
- Sonnenbaden fördert die Entstehung von Krampfadern

Empfehlungen:

Massage

- Eine professionelle Massage regt den Kreislauf an und fördert den Rückstrom des Venenblutes
- Bei intakten Hautverhältnissen empfehlen sich Pflegeprodukte mit Latschenkiefer, Rosskastanie, rotes Weinlaub, Fichtennadeln
- Bevorzugen Sie Lotionen anstelle von Gels

Venenklinik Bellevue

Brückenstrasse 9

CH-8280 Kreuzlingen

Tel. +41 (0)71 678 22 66

Fax +41 (0)71 678 22 67

info@venenklinik.ch

www.venenklinik.ch