

Pressemeldung, Juli 2019, 6.856 Zeichen

Leichte Beine an heißen Sommertagen

Entspannt durch die Urlaubszeit mit Kompressionsstrümpfen

Im Sommer sind die Tage länger, die Sonne strahlt und macht gute Laune. Doch die Sommerhitze wirkt sich auf unseren Körper und Organismus aus. Gerade dann haben Patienten mit Venenerkrankungen, Lip- oder Lymphödem vermehrt Beschwerden wie Schwellungen, Schmerzen oder schwere Beine. Auch Menschen ohne Krankheitsbild neigen im Sommer zu schweren Beinen und Schwellungen. Deshalb ist die Kompressionstherapie insbesondere im Sommer wichtig. Patienten können ihren Körper mit der richtigen Versorgung und wohltuenden Maßnahmen unterstützen.

Kompressionsstrümpfe im Reisegepäck

Ob Venenerkrankung, Lipödem oder Lymphödem: Auf Reisen gilt den Beinen besondere Aufmerksamkeit. Während langer Flüge oder Autofahrten und auch im Urlaubsland selbst darf die Kompression nicht fehlen. Beim rechtzeitigen Besuch im medizinischen Fachhandel können Sitz und Passform der Strümpfe noch einmal überprüft werden. Mit mediven Kompressionsstrümpfen von medi in vielen Standard- und Trendfarben haben Patienten die Möglichkeit, ihre Kompressionsversorgung jeder Jahreszeit anzupassen. Verschiedene Hauttöne, frische Farben und funkelnde Swarovski® Kristalle (1) machen das Sommer-Outfit komplett. Unter www.medi.biz/farben gibt es viele weitere Informationen. Und venengesunde Menschen können mit den freiverkäuflichen medi travel Reisestrümpfen dem möglichen Risiko einer Reisetrombose vorbeugen (2). Die Reisestrümpfe üben eine gezielte Kompression aus und unterstützen die natürliche Blutzirkulation. Wie bei medizinischen Kompressionsstrümpfen nimmt der Druck von der Fessel aus nach oben hin ab. Damit fühlen sich die Beine auch auf langen Urlaubsfahrten leicht und entspannt an.

medi GmbH & Co. KG
Medicusstraße 1
95448 Bayreuth
www.medi.de

Pressekontakt
Anke Kerner
Telefon 0921 912-1138
E-Mail a.kerner@medi.de

Bild: ©www.medi.de

Cool bleiben – Frische-Kick für die Beine

Für entspannte Beine ist die richtige Hautpflege für Venen- und Lip- oder Lymphödem-Patienten wichtig. Direkt am Morgen aufgetragen sorgt das Pflegegel medi day für eine kühlende Wirkung. Das Spray medi fresh mit Menthol passt in die Handtasche und liefert den ganzen Tag über eine angenehme Frische für die Beine.

Das bringt Venen und Muskelpumpen in Schwung

Aktive Muskeln unterstützen die Venen beim Bluttransport. Radeln und Spaziergänge in schattigen Wäldern sind ideal. Auf die sanfte Tour helfen Schwimmen und Aquafitness gleich doppelt: Der Körper kühlt ab und der Wasserdruck wirkt wie ein Kompressionsstrumpf. Kalte Güsse vom Fuß bis zum Oberschenkel entlasten und aktivieren. Auf langen Autofahrten, Bahn- oder Flugreisen bringt Sitzgymnastik das Blut in den Venen in Schwung: Fußwippen, Fußkreisen, Zehenkrallen oder die Waden an- und entspannen sind effektive Übungen. Es hilft auch, die Waden zu massieren. Dabei streicht man von den Knöcheln in Richtung Knie, um den Blutfluss zum Herzen in Schwung zu bringen.

Viel trinken heißt die Devise, besonders an heißen Tagen. Das gleicht den Flüssigkeitsverlust beim Schwitzen aus und unterstützt die Durchblutung. Dabei sind Wasser oder ungesüßter Tee ideale Durstlöscher. Wem das Trinken schwerfällt, versucht es mit etwas Obst, Kräutern oder Gemüse im Wasser – das sieht appetitlich aus und schmeckt gut.

Coole Tipps für die heiße Jahreszeit von Barbara Schöneberger

Auch Barbara Schöneberger liebt die warmen Sommermonate. So genießt die medi Markenbotschafterin bei hohen Temperaturen entspannt den Tag.

Wie kommen Sie mit leichten Beinen durch den Sommer?

„Am liebsten ja dauerhaft in Flipflops, mit luftigen Outfits und regelmäßigen kalten Duschen! Wenn das mal nicht geht, habe

ich Kompression auch im Sommer für mich entdeckt. Hätte ich nie erwartet, aber sorgt bei höheren Temperaturen für ein wirklich tolles Gefühl!“

Der Sommer ist Urlaubszeit. Was nehmen Sie auf alle Fälle mit, wenn Sie verreisen?

„Meine Kinder und meinen Mann natürlich, das genieße ich sehr. Dann verbringen wir viel Zeit gemeinsam, machen Quatsch und sind einfach eine normale Familie – zumindest so normal, wie es eben bei Familie Schöneberger geht.“

Zum Hintergrund: Reiselust und Urlaubstrends

Die Deutschen sind reiselustig. Fast zwei Drittel der Bevölkerung packte 2018 die Koffer, um entspannt die Ferien zu genießen. Dies geht aus der 35. Deutschen Tourismusanalyse hervor (3). Am liebsten machen die Deutschen Urlaub im eigenen Land – Mecklenburg-Vorpommern und Bayern liegen an der Spitze. Die beliebtesten ausländischen Ziele sind Spanien, Italien und Griechenland.

Der Ratgeber „Venenleiden“ ist bei medi, Telefon 0921 912-750, E-Mail verbraucherservice@medi.de erhältlich. Surftipps: www.medi.de/gesundheits/gesund-leben/reisen/urlaubsreisen und www.medi.de/produkte/kompressionsstruempfe/reisestruempfe

- (1) Swarovski® ist eine eingetragene Handelsmarke der Swarovski AG
- (2) Hsieh HF, Lee FP. Graduated compression stockings as prophylaxis for flight-related venous thrombosis: systematic literature review. J Adv Nurs 2005;51(1):83-98
- (3) www.tourismusanalyse.de (Letzter Zugriff 22.07.2019)

medi – ich fühl mich besser. Für das Unternehmen medi leisten weltweit rund 2.700 Mitarbeiter einen maßgeblichen Beitrag, dass Menschen sich besser fühlen. Das Ziel ist es, Anwendern und Patienten maximale Therapieerfolge im medizinischen Bereich (medi Medical) und darüber hinaus ein einzigartiges Körpergefühl im Sport- und Fashion-Segment (CEP und ITEM m6) zu ermöglichen. Die Leistungspalette von medi Medical umfasst

medizinische Kompressionsstrümpfe, adaptive Kompressionsversorgungen, Bandagen, Orthesen, Thromboseprophylaxestrümpfe, Kompressionsbekleidung und orthopädische Einlagen. Zudem fließt die langjährige Erfahrung im Bereich der Kompressionstechnologie auch in die Entwicklung von Sport- und Fashion-Produkten mit ein. Der Grundstein für das international erfolgreiche Unternehmen wurde 1951 in Bayreuth gelegt. Heute gilt medi als einer der führenden Hersteller medizinischer Hilfsmittel und liefert mit einem Netzwerk aus Distributoren sowie eigenen Niederlassungen in über 90 Länder der Welt. www.medi.de, www.item-m6.com, www.cepsports.com

Bilder und Bildunterschriften

Barbara-Schoeneberger-Herz-M-290699.jpg (© www.medi.de)

Flipflops, luftige Outfits und kalte Duschen – so genießt medi Markenbotschafterin Barbara Schöneberger die Wärme. Außerdem hat sie Kompression im Sommer für sich entdeckt. Die sorgt auch bei höheren Temperaturen für ein tolles Gefühl.

*** Bitte beachten Sie bei Bildern mit Barbara Schöneberger: Honorarfreier Abdruck nur im Zusammenhang mit einer redaktionellen Berichterstattung zu medi / ITEMm6 und Nennung des Fotocredits: „www.medi.de“. Das Recht zur Verwendung endet am 31.12.2019.**

Kompression-Strand-mediven-plus-M-69385.jpg

(© www.medi.de)

Medizinische Kompressionsstrümpfe gehören für Patienten mit Venenleiden oder Lip- und Lymphödem ins Reisegepäck. Und für venengesunde Menschen sorgen die freiverkäuflichen medi travel Reisestrümpfe für entspannte Beine unterwegs.