

Ein Bierbad für die Füße

Frisch aufgeschäumt



Bier ist nicht nur berauschend. Maßvoll genossen wirkt es gesundheitsfördernd.

Und bei äußerlicher Anwendung unterstützen seine Inhaltsstoffe die Pflege von Haut und Haar.

Auch eplagte Füße können mit dem Gerstensaft gepflegt werden.

Ein schäumendes Bierbad ist ein Behandlungseinstieg, der nicht nur Männer begeistert.



Die gesundheitsfördernde Wirkung des Bieres ist schon lange bekannt. Bereits im alten Ägypten wurde der so genannte „Urschlamm“ des Bieres, die bei der Gärung entstehende Bierhefe, für medizinische Zwecke verwendet. Von seiner Heilkraft berichten z.B. die Schriften von Hippokrates, Paracelsus und Sebastian Kneipp. Und laut Plinius benutzten vor rund 2.000 Jahren die Ägypterinnen den Schaum des Bieres, um die Frische ihres Teints zu verbessern.

Wirkstoffreich

Gemäß dem Reinheitsgebot von 1516 besteht deutsches Bier aus den Grundzutaten Wasser, Malz und Hopfen und wird durch die Zugabe von Hefe vergoren. Es ist ein reines Naturprodukt, reich an Vitaminen, Kohlenhydraten, Mineralstoffen und Spurenelementen. Einige der Inhaltsstoffe wirken sich positiv auf Haut und Haar aus, sowohl bei innerlicher als auch äußerlicher Anwendung.

Bierhefe

Äußerlich angewendet ist die Bierhefe hilfreich bei Akne, Ekzemen, unreiner Haut, Hautpilzinfektionen und schlecht heilenden Wunden. Ihr wird außerdem nachgesagt, dass sie die Haut weich und geschmeidig macht. Der Grund ist ihr hoher Gehalt an Vitamin B6 (Pyridoxin),

das unter anderem antiseborrhoisch wirkt, sprich übermäßige Fettablagerungen auf der Haut verhindert.

Malz

Vor allem das Malz sorgt für einen reichen Vitamingehalt im Bier. Enthalten sind Vitamine der B-Gruppe wie Thiamin (B1), Riboflavin (B2), Niacin (B3), Panthotensäure (B5), Pyridoxin (B6), Biotin (B7) und Folsäure. Besonders hoch ist der Gehalt an Panthotensäure, die den Energiestoffwechsel der Haut fördert, und an Niacin, das die Haut bei der Kollagenbildung unterstützt und die Pigmentbildung beeinflusst.

Hopfen

Hopfen verleiht dem Bier seine charakteristische Würze. In der Medizin wird Hopfen zur Herstellung von Beruhigungs- und Schlafmitteln genutzt. Ihm wird auch eine antiseptische Wirkung nachgesagt. Hopfen wurde zur Arzneipflanze des Jahres 2007 gewählt.

Bier als Badezusatz

Badezusätze sind keine Erfindung der Neuzeit. Schon in der Antike und im Mittelalter badete man unter anderem mit Zusätzen von Kräutern, Ölen, Honig,

Milch und Bier. In jüngster Zeit haben einige Wellness-Tempel und Spas das Bierbad (wieder-)entdeckt. Die Klosterbrauerei Neuzelle bietet sogar ein spezielles „Badebier“ an (siehe www.klosterbrauerei.com), das reich an Bierhefe ist, die bei „herkömmlichen“ Bieren größtenteils ausgefiltert wird, um sie haltbarer zu machen.

Ob mit Badebier oder unfiltriertem Bier – ein Bierbad ist ein außergewöhnlicher Einstieg in die Fußpflege, der nicht nur Männer begeistert. Der Gerstsensaft schafft einen schaumigen Auftakt für ein wohltuendes Fußritual.

Schaumritual für durstige Füße

Step 1 – Reinigen:

Zunächst einmal müssen die Füße Ihrer Kunden „ankommen“ und dürfen sich in einem lauwarmen Fußbad entspannen. Fügen Sie dem Fußbad eine Flasche Badebier hinzu und beginnen Sie so das Schaumritual.

Step 2 – Peelen:

Sofern die Haut starke Verhornerungen aufzeigt, können Sie diese sanft mit einem herkömmlichen Peeling oder, passend zum Bier-Ritual, mit einem selbst zubereiteten Gerstenpeeling abtragen.



Ungewöhnlicher Behandlungseinstieg – ein schaumiges Bierbad für die Füße



Schäumende Pflege – ein paar Tupfer Cremescham versorgen die Fußhaut mit Feuchtigkeit

Fotos: Autoren

Mischen Sie hierfür einen Esslöffel Gers tengrütze mit einem halben Teelöffel Salz und 25 ml Weizenkeimöl. Diese Peelingpaste tragen Sie mit kreisenden Bewegungen auf die Füße auf und baden sie nach kurzer Einwirkzeit mit Bier ab.





Wohltuende Massage – mit Pflegeölen lässt sich die Gleitfähigkeit der Cremeschäume erhöhen

Step 3 – Pflegen mit Öl:

Mischen Sie ca. 20 ml Jojobaöl mit einem Teelöffel Hopfenextrakt und richten Sie die Mischung in einer dekorativen Schale mit Ausguss an. Verreiben

Sie sie auf den Füßen und Unterschenkeln und massieren Sie sie sanft in die Haut ein. Danach dürfen die Füße kurze Zeit ruhen.

Step 4 – Pflegen mit Schaum:

Durstige Haut benötigt viel Feuchtigkeit. Passend zum Ritual bietet sich die Pflege mit Cremeschäumen an. Hierzu werden ein paar Schaumtupfer auf Füßen und Unterschenkeln verteilt und mit einer leichten Massage in die Haut eingearbeitet. Die Gleitfähigkeit der Schäume kann durch Zugabe von ein bis zwei Tropfen eines hochwertigen und geruchsneutralen Hautöls wie Avocado- oder Jojobaöl optimiert werden. So können Sie die Massagezeit für den Kunden verlängern.



Speziell für Wellness – die Klosterbrauerei Neuzelle bietet ein besonderes Badebier an

Step 5 – Erfrischen:

Das luftige Schaumcremeritual endet mit einem Frischekick, z.B. einem kühlenden Fußspray. Lassen Sie das Pflegeritual mit einem kühlen Bier für den Kunden ausklingen.

Dekoration und Marketing

Um Ihr Bierwellnessangebot ins rechte Licht zu rücken, können Sie die Kabine mit Elementen rund ums Bier schmücken, z.B. mit alten Emailleschildern von Brauereien, mit Bierkrügen und -gläsern, Biermotiven aus der bildenden Kunst oder mit typischen Brautensilien.

Wichtig ist natürlich, die Werbetrommel zu röhren. Versuchen Sie auch Kooperationen für besondere Aktionstage einzugehen, z.B. mit einer Brauerei in der Nähe oder mit einem Bäcker, der spezielles Bierteberbrot backt. Auch eine Präsenz bei einem örtlichen Bierfest erzeugt Aufmerksamkeit und ermöglicht die Erschließung neuer Zielgruppen. Ein sehr guter Aufhänger für die Einführung dieses Angebots ist übrigens auch das bevorstehende Oktoberfest. ■



Ursula Schneider | Die Wellnessberaterin und Entspannungstrainerin beschäftigt sich seit 1996 intensiv mit der professionellen Fußpflege. Als Inhaberin des „Drehpunkt Fuß“ entwickelt sie Konzepte für gesunde Schritte. Des Weiteren schreibt sie für Fachmagazine