

tetesept:

Muskel Vital Wärme-Balsam

Lockert Verspannungen.
Hilft bei Muskelkater,
Gelenk- und Rücken-
beschwerden.

Angenehm wärmend.
+ Eukalyptusöl
+ Rosmarinöl
+ Patentierte Microbione

Gebrauchsinformation
aufmerksam lesen!

Kosmetikprodukt

Bestandteile:

Aqua, Cetearyl Alcohol, Glycerin, Dicaprylyl Carbonate, Dicaprylyl Ether, Cetearyl Isononanoate, Octyldodecanol, Rosmarinus officinalis Oil, Eucalyptus globulus Leaf Oil, Sucrose Distearate, Polyquaternium-39, Citrus dulcis Peel Oil, Citrus limonum Peel Oil, Sodium Caseinate, Avena sativa Kernel Flour, Methyl Nicotinate, Vanillyl Butyl Ether, Cetearyl Glucoside, Xanthan Gum, Acrylates/C10-C30 Alkyl Acrylate Cross-polymer, Parfum, Disodium EDTA, Sodium Hydroxide, Phenoxyethanol, Methylparaben, Ethylparaben, Propylparaben, Butylparaben, Iso-butylparaben.

Hautverträglichkeit dermatologisch bewiesen.
Mit patentierter Tiefenwirkung.

Anwendung:

Kosmetikum zur äußeren Anwendung bei Muskelziehen oder Muskelverspannungen im Rücken, Schulter- oder Nackenbereich und bei beanspruchten Gelenken. Pflegt auch bei Prellungen, Zerrungen und Verstauchungen nach der akuten Phase. Nicht auf Schleimhäute, auf offene Wunden oder im Bereich der Augen anwenden. Die Anwendung darf nur auf intakter Haut erfolgen. Bei Personen, die auf Nicotinate empfindlich reagieren, kann es zu Hautrötungen kommen. Eine leichte Rötung der behandelten Körperpartien ist normal und Zeichen der lokalen durchblutungsanregenden Wirkung. Nach der Anwendung bitte die Hände gut waschen.

Dosierung:

Je nach Größe der zu behandelnden Körperstelle und nach Stärke der Beschwerden, großzügig auftragen und sorgfältig einmassieren. Je nach Bedarf 2-3 mal täglich die betroffenen Bereiche einreiben.

tetesept Muskel Vital Wärme-Balsam lockert Gelenke und Muskeln bei Verspannungen und Muskelkater mit nachhaltigem Wärmeeffekt. Die Rezeptur klebt nicht, zieht schnell ein und pflegt tiefenwirksam. Natürliches ätherisches Rosmarin- und Eukalyptusöl entfalten sich nach sanftem Einreiben auf den beanspruchten Körperpartien. Der anhaltende Tiefen-Wärme-Effekt unterstützt die durchblutungsfördernde und entspannende Wirkung – das Schmerzgefühl lässt nach.

tetesept Muskel Vital Wärme-Balsam ist die neue Balsam-Generation, die mehr kann:

1. Lockerung der Muskulatur durch wohltuende Wärme.
2. Schnelles Einziehen durch nicht fettende Textur.
3. Besondere Tiefenwirkung der pflegenden Wirkstoffe durch patentierte Naturproteine (Microbione).

tetesept Muskel Vital Wärme-Balsam – für eine bessere Beweglichkeit.

Hinweise:

Die regelmäßige Massage mit tetesept Muskel Vital Wärme-Balsam lockert die Muskeln, entlastet so leicht verkrampfte Körperpartien nachhaltig und pflegt die Haut.

Leichtes Zupfen an den gereizten Muskelpartien kann Verspannungen lösen. Die Gelenke werden mit kreisenden Bewegungen gelockert.

Eine kurze Auflockerungsmassage vor dem Sport beugt Muskel- und Bandverletzungen vor.

Tipp:

Zur optimalen Ergänzung empfiehlt sich vor der Anwendung ein Muskel lockerndes Bad, z. B. tetesept Muskel Vital Bad.

Packungsgröße:
100 g

Hersteller:

Merz Pharma GmbH & Co KGaA
Eckenheimer Landstraße 100
60318 Frankfurt
Telefon: 069/15 03-1
Telefax: 069/15 03-200

Vertrieb:


tetesept
pharma gmbh
Marschnerstraße 10
60318 Frankfurt

Stand der Information:
Mai 2008

tetesept:

Ursachen von Verspannungen und Gelenkbeschwerden

Die Ursachen von Muskel- und Gelenkbeschwerden sind meist auf einseitige Belastungen in Alltagssituationen zurückzuführen. Eine ständig gebeugte Haltung am Schreibtisch, langes Sitzen in Auto, Bahn oder Flugzeug, ein kalter Luftzug oder lediglich ein unbequemes Kissen können zu Beschwerden im Bereich der Nacken-, Schulter- und Rückenmuskulatur führen.

Auch psychischer Druck ist oftmals ein Faktor für das Entstehen von Verspannungen. Die andauernde Anspannung durch Stress, Angst und Frust führt oft zu einer Fehlhaltung und Überbelastung der betroffenen Muskeln. Diese werden schlechter durchblutet und dadurch nicht mehr ausreichend mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt. Folge: einzelne Muskelfasern verkrampfen, werden hart und beginnen schließlich zu schmerzen.

Eine zu schwache Muskulatur kann eine weitere Ursache von Verspannungen sein. Durch mangelnde Bewegung werden die Muskeln nicht gestärkt. Folge: sie verkümmern und verkrampfen daher schneller.

tetesept Gesundheitstipps für gesunde Muskeln und Gelenke

Achten Sie auf eine gerade Körperhaltung:
Gerade bei Bildschirmarbeit, aber auch in anderen Alltagssituationen, neigt man zu einer ungesunden Sitzhaltung. Mehrmaliges Wechseln der Sitzposition kann die einseitigen Belastungen verlagern und somit Verspannungen vorbeugen.

Vermeiden Sie einseitige Belastungen:
Heben Sie Lasten mit geradem Rücken aus dem Knie heraus und möglichst körpernah. Achten Sie beim Tragen auf einen geraden Rücken und verteilen Sie Lasten auf zwei Arme.

Vertreten Sie öfter mal die Füße:
Bei langem Sitzen sollten Sie zwischendurch kurz aufstehen und sich die Füße vertreten. Auch entspannte Dehnübungen haben einen positiven Effekt auf die Muskulatur.

Wärme:
Bei Muskel- und Gelenkbeschwerden spielt Wärme eine wichtige Rolle. Durch Wärme kann sich das Muskelgewebe entspannen, wird gelockert und die Verhärtungen lösen sich. Schon ein heißes Bad (z.B. tetesept Muskel Vital Bad) oder ein Saunabesuch kann Wunder bewirken. Effektive Hilfe bieten Wärmesalben. Sie regen die Durchblutung an und lösen dadurch einen Wärmeeffekt aus. Generell ist wichtig, den Schulter- und Nackenbereich möglichst warm zu halten und Zugluft zu vermeiden.

Sorgen Sie für sportlichen Ausgleich:
Regelmäßige Bewegung hilft, schmerzhafte Verspannungen abzubauen und ihnen langfristig entgegenzuwirken. Die Muskeln werden besser durchblutet und daher effektiver mit Nährstoffen versorgt. Dadurch werden sie wieder weich und geschmeidig, Verspannungen lösen sich.

Verwenden Sie rückengesunde Matratzen und schmale, feste Kissen:
Durch ungesund geformte Matratzen und Kissen kann es zu Fehlhaltungen in den einzelnen Muskelpartien kommen. Daher sollten Sie beim Kauf unbedingt auf rückengesunde Eigenschaften achten.

Sorgen Sie für eine ausgewogene Magnesium-Versorgung:
Achten Sie auf eine ausgewogene Magnesiumzufuhr durch die Ernährung, denn der Mineralstoff unterstützt eine gesunde Muskelfunktion (Tipp: z.B. tetesept Magnesium). Verspannungen der Muskulatur können verstärkt werden, wenn dem Körper Magnesium fehlt.



tetesept
pharma gmbh
Marschnerstraße 10
60318 Frankfurt