

7 Tipps zur natürlichen Behandlung von schweren Beinen



Inhaltsverzeichnis

Schwere und geschwollene Beine

Venen, die Blutautobahn auf dem Weg zum Herzen

Diese faszinierenden Mechanismen haben Ihre Venen, um das Blut zu transportieren

Wie kommt es zu schweren Beinen?

Muss ich damit rechnen, schwere Beine zu bekommen?

Was sind die ersten Anzeichen der Venenschwäche?

Was passiert, wenn die Venenschwäche unbehandelt bleibt?

Die 7 Tipps zur natürlichen Behandlung von schweren Beinen

Haftungsausschluss

Die Inhalte dieses E-Books wurden mit größter Sorgfalt erstellt. Für die Richtigkeit, Vollständigkeit und Aktualität der Inhalte können wir jedoch keine Gewähr übernehmen. Sie spiegeln die persönliche Meinung und Erfahrungen des Autors wider. Der Autor übernimmt daher keine juristische Verantwortung oder Haftung für Schäden, die durch eventuelle Fehler oder kontraproduktive Ausübung durch den Leser entstehen. Zudem ist dieses Buch und dessen Anleitungen nicht als medizinischer Rat zu verstehen. Sprechen Sie gesundheitliche Themen und die Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln bitte immer mit Ihrem Arzt ab. Dieses Buch enthält Links zu externen Webseiten Dritter, auf deren Inhalte wir keinen Einfluss haben. Deshalb können wir für diese fremden Inhalte auch keine Gewähr übernehmen. Für die Inhalte der verlinkten Seiten ist stets der jeweilige Anbieter oder Betreiber der Seiten verantwortlich. Die verlinkten Seiten wurden zum Zeitpunkt der Verlinkung auf mögliche Rechtsverstöße überprüft. Rechtswidrige Inhalte waren zum Zeitpunkt der Verlinkung nicht erkennbar. Eine permanente inhaltliche Kontrolle der verlinkten Seiten ist jedoch ohne konkrete Anhaltspunkte einer Rechtsverletzung nicht zumutbar. Bei Bekanntwerden von Rechtsverletzungen werden wir derartige Links umgehend entfernen.

© Copyright by NATURTREU

ZENKOH GmbH

Pfirsichweg 4a

22175 Hamburg

Deutschland

E-Mail: service@naturtreu.net

Geschäftsführer: Albert Alexander Adlung, Alexander Jansen

Handelsregister: Amtsgericht Hamburg, HRB 149031

Alle weiteren Angaben finden Sie unter Naturtreu.de - Alle Rechte vorbehalten.



Schwere und geschwollene Beine

Raus aus den Highheels - rein in die Stützstrümpfe? Muss das so sein? Manchmal ist es absolut ein Graus. Den ganzen Tag auf den Beinen, das Business-Outfit klebt und zwickt und die Beine werden von Stunde zu Stunde schwerer.

Am Abend hilft dann nichts mehr, die Schuhe müssen aus und die Füße hochgelegt werden. Gerade im Sommer kennen sie viele: schwere Beine und geschwollene Füße und Knöchel. Kommt das nur von der Hitze oder ist da mehr dahinter?

Natürlich hat es unser Organismus schwerer, an einem heißen Tag volle Leistung abzuliefern. Das System darf nicht heißlaufen, vor allem nicht das lebenswichtige Gehirn. Die Schweißdrüsen laufen auf Hochtouren und Sie kommen mit dem Trinken kaum noch hinterher. Dass an einem solchen Tag die Beine abends geschwollen sind, kann man leicht nachvollziehen. Wenn das nur ein-, zweimal im Jahr vorkommt, brauchen Sie sich keine Gedanken zu machen.

Anders sieht es aus, wenn Sie häufig feststellen, dass Ihre Beine geschwollen sind, und vor allem, wenn diese Schwellungen sich nicht wieder zurückbilden, nachdem Sie die Füße gekühlt und hochgelegt haben. Denn dann kann das ein Hinweis darauf sein, dass Ihre Venen schwach werden.



Venen, die Blutautobahn auf dem Weg zum Herzen

Die Venen sind Blutgefäße. Im Gegensatz zu den Arterien, führen sie nicht vom Herzen weg in den Körperkreislauf. Ihr Ziel ist immer das Herz. Dabei ist Vene nicht gleich Vene. Genauso wie im Straßenverkehr gibt es Bahnen verschiedener Ordnungen. Vergleichbar mit der schmalen Kreisstraße, sind dies die Kapillaren. Sie werden auch als Haargefäße bezeichnet, weil sie so dünn sind. Kapillaren und ihre nächst größeren Verwandten, die Venolen, liegen direkt unter der Haut und sind bei hellhäutigen Menschen an Hautstellen, die besonders dünn sind, mit dem Auge sichtbar. Diese Venolen laufen dann zu dünnen Venen zusammen, die im Straßenverkehr den Bundesstrassen entsprechen. Je mehr sie sich dem Herzen nähern, desto größer werden diese Blutbahnen, bis sie zu regelrechten Blutautobahnen werden; die wichtigsten aus dieser Gattung heißen obere- und untere Hohlvene. Sie bringen das verbrauchte Blut aus dem Körperkreislauf zum Herzen, das es dann in den Lungenkreislauf pumpt. In der Lunge angekommen, werden die enthaltenen Gase gegen frische ausgetauscht und das Herz pumpt anschließend das Blut wieder zurück in den Körperkreislauf.



Diese faszinierenden Mechanismen haben Ihre Venen, um das Blut zu transportieren

Venen sollen das Blut ohne Verluste im Körper transportieren können. Deswegen müssen sie über Wände verfügen, die für Blut und die in ihm enthaltenen Stoffe undurchlässig sind. Um dies zu gewährleisten, haben die größeren Venen eine dreischichtige Wand. Nur dort, wo die Venen oder besser gesagt Kapillarvenen mit dem Auge kaum sichtbar sind, genügt eine einschichtige Wand. Genau hier soll es nämlich doch möglich sein, Stoffe auszutauschen. Lymph und Blutplasma zum Beispiel, wodurch die Beine schön anschwellen.

Venen haben keinen eigenen Puls, wie ihn die Arterien haben. Vom Druck des Herzschlags ist in den Venen nur noch sehr wenig zu bemerken. Damit das Blut trotzdem dorthin gelangen kann, wo es hin soll, bedienen sich die Venen eines Tricks. Sie verlaufen innerhalb der Muskelstränge der Beine. Verkürzen diese sich, werden sie dicker. Dadurch pressen sie die Venenwände zusammen und befördern das Blut so in der Vene zum Herzen hin.

Das ist ein toller Anfang und auch wirklich sehr raffiniert, nur genügt das nicht alleine. Denn Die Venen müssen ja auch dann, wenn wir nicht gerade laufen, dazu in der Lage sein, das Blut auch gegen die Schwerkraft aus den Armen und Beinen zum Herzen hin zu transportieren. Damit dies gelingt, haben Sie einen ganz speziellen Aufbau.

Die Wände der Venen sind nicht nur sehr elastisch, damit die Venen-Muskel-Pumpe funktionieren kann, sie verfügen zusätzlich über dicht schließende Klappen in ihrem Inneren, die verhindern, dass das Blut nach unten zurückfließt. Das funktioniert dadurch, dass sie sich automatisch schließen, sobald der Druck oberhalb der Venenklappen ansteigt. Sie funktionieren also genau wie die Rückschlagventile in Ihrem Heizungs-Keller.



Wie kommt es zu schweren Beinen?

Werden diese Venenklappen im Laufe des Lebens schwach, staut sich Blut in den tiefer gelegenen Bereichen des Körpers an. Dadurch entsteht Druck in den vorgelagerten Venen, der diese im Laufe der Zeit ausdehnt. Dadurch werden sie dann unter der Haut als Besenreiser oder bei größeren Venen auch als Krampfadern sichtbar. Im Prinzip das Gleiche geschieht auch an heißen Sommertagen oder beim Besuch der Sauna. Durch die Wärme dehnen sich die Gefäße und weiten sich. Dadurch können die Venen ihre Arbeit nicht mehr perfekt erledigen und die Beine fühlen sich schwer und geschwollen an.

Meist sind es eine allgemeine Bindegewebsschwäche oder auch eine Venenschwäche, die dem Problem von schweren, müden Beinen zu Grunde liegen. Eine Bindegewebsschwäche ist vererbbar, kann sich aber auch im Laufe des Lebens entwickeln. Bindegewebe ist sehr wichtig für den Körper, denn es schützt und stützt unsere Organe, dient als Leitungsbahnen, hilft dabei, dass Bewegung erst möglich ist oder wird.



Muss ich damit rechnen, schwere Beine zu bekommen?

Es gibt Familien, in denen mehrere Mitglieder Probleme mit schweren Beinen oder auch Besenreißern und Krampfadern bekommen. Man spricht in so einem Fall von einer familiären Häufung. In solchen Familien können sowohl die männlichen als auch die weiblichen Mitglieder an schweren Beinen leiden.

Frauen haben von Natur aus ein schwächeres Bindegewebe als Männer, was damit zusammenhängt, dass ihr Körper optimal auf Schwangerschaft und Geburt vorbereitet sein soll. Einige Frauen machen auch gerade in der Schwangerschaft zum ersten Mal Bekanntschaft mit geschwollenen Füßen und Beinen. Sowohl die hormonellen Veränderungen in der Schwangerschaft als auch die Mehrbelastung durch das zusätzliche Gewicht bringen eine Venenschwäche hervor. Das sind auch Gründe dafür, dass Frauen bis zu 4 Mal häufiger von schweren Beinen und Venenschwäche betroffen sind als Männer.

Es gibt aber auch Lebensumstände, die die Entstehung von schweren Beinen und Venenschwäche fördern. Ein Beruf, in dem Sie viel auf der Stelle stehen müssen oder stundenlang sitzen zum Beispiel. Beim Sitzen wird nämlich eine der Venenautobahnen, die tiefe Oberschenkelvene abgedrückt, über die das Blut aus den Beinen zum Herzen weitergeleitet wird. Dadurch entsteht ein über Stunden anhaltender Rückstau in den tiefer gelegenen kleinen und kleinsten Beinvenen und der Teufelskreis beginnt. Vor allem wenn Sie häufig die Beine überschlagen, verschlimmert sich die Situation zusätzlich.

Als weiterer Risikofaktor gilt aber auch die Schwangerschaft, in der Hormonumstellungen das Bindegewebe im Körper elastischer machen, um den Körper auf die bevorstehende Geburt vorzubereiten. Dabei kann er natürlich keine Unterscheidung zwischen dem Bindegewebe machen, das im Bereich der Bauch- und Beckenregion der werdenden Mutter gelegen ist, und den Wänden der Beinvenen. So ist es nicht selten, dass Schwangere schwere, dicke Beine oder auch Besenreiser und Krampfadern entwickeln.

Allgemein gilt auch Übergewicht als Auslöser oder Verschlimmerer einer angespannten Venensituation. Das liegt daran, dass es den Druck in den Beinen und letztendlich in den Beinvenen

erhöht. Die Venen haben durch das Übergewicht einfach dauerhaft mit zu viel Widerstand zu kämpfen. Dadurch erweitern sie sich auf Dauer und das Problem nimmt seinen Lauf.

Wenn Sie also mindestens einen dieser Risikofaktoren in Ihrem Leben haben, sollten Sie am besten schon vorbeugend einiges für Ihre Venengesundheit tun.

Hier noch einmal eine kurze Übersicht über diese Faktoren:

- *familiäre Häufung*
- *allgemein schwaches Bindegewebe*
- *stundenlanges Stehen*
- *stundenlanges Sitzen*
- *Schwangerschaften*
- *Übergewicht*



Was sind die ersten Anzeichen der Venenschwäche?

Meistens beginnt alles damit, dass Ihre Füße sich nach einem anstrengenden oder heißen Tag schwer und geschwollen anfühlen. Auch Schmerzen im unteren Bein, die nicht von zu eng gekauften Schuhen kommen, können erste Anzeichen einer Venenschwäche sein.

Die folgenden Anzeichen sind aufsteigend, von leicht nach schwer aufgezählt. Je mehr dieser Zeichen Sie bei sich feststellen, desto wichtiger und dringlicher ist es, dass Sie Maßnahmen ergreifen. Lassen Sie sich im Zweifelsfall von einem spezialisierten Mediziner (Phlebologe) oder Ihrem Hausarzt helfen.

- *Spinnenförmige, blaue oder rote Venenzeichnungen, die sich ganz fein unter der dünnen und hellen Haut abzeichnen. Oft sieht man sie zuerst in den Kniekehlen.*
- *Klar sichtbare, reliefartig hervortretende Venen. Beginnend in der Kniekehle, den Waden und allgemein den Unterschenkeln.*
- *Krampfader werden unter und auf der Haut sichtbar. Sie wirken vorgewölbt und verdickt und schlängeln sich bläulich über die Haut des Unterschenkels.*
- *Wasseransammlungen, so genannte Ödeme, die vor allem die Knöchel und Unterschenkel betreffen. Drücken Sie darauf, dann bleibt die Delle eine Zeit lang sichtbar.*
- *Die Haut der Beine und dabei vor allem der Unterschenkel verändert sich. Sie wird pergamentartig dünn und trocken. In den Knöcheln und am Schienbein kann sie sich bräunlich verfärben, so als hätten Sie zu lange in der Sonne gestanden. Die Haut wird schuppig und beginnt zu jucken, was von entstehenden Ekzemen zeugt. Die Haut beginnt offene Stellen aufzuweisen. Wenn die Haut schon derart betroffen ist, dann gehen die Mediziner davon aus, dass sich schon eine chronische, also längerfristig bestehende Veneninsuffizienz entwickelt hat. Die Venen haben also schon seit längerer Zeit eine nur noch eingeschränkte Funktion.*



Die 7 Tipps zur natürlichen Behandlung von schweren Beinen

Damit es bei Ihnen gar nicht erst zu schweren Beschwerden kommt, übernehmen Sie Verantwortung für Ihre Venengesundheit. Mit unseren folgenden 7 Tipps geht es ganz leicht - und Spaß macht es auch noch!

Tipp 1: Regelmäßiger Sport

Für ein bisschen Bewegung jeden Tag brauchen Sie nicht nur Motivation und Eigeninitiative, der Sport bringt Ihnen auch viel Energie und Schwung ins Leben - und Spaß macht es obendrein. Zu merken, dass Ihre Fitness besser wird, zu sehen, dass Ihre Figur immer besser wird, und dann noch die schlanken und schönen Beine, das alles ist den Aufwand allemal wert.

Im Grunde ist jede Art von sportlicher Betätigung eine Hilfe bei schweren Beinen. Sie erinnern sich ja, dass die Arbeit der Venen stark durch die Muskelarbeit in den Beinen und hier vor allem die der Wadenmuskulatur unterstützt wird. Man spricht deshalb in der Medizin auch gerne von der „Wadenmuskulaturpumpe“.

Besonders gut sind Schwimmen, Laufen und Radfahren, um einer Verschlimmerung der Beschwerden oder dem Auftreten von Krampfadern vorzubeugen. Jedoch ist es viel wichtiger, dass Sie Freude an der Bewegung haben, die Sie ausführen. Denn nur so ist gewährleistet, dass Sie am Ball bleiben. Denn Regelmäßigkeit ist eine der wichtigsten Voraussetzungen dafür, dass Sie mit Hilfe von Bewegung schweren Beinen vorbeugen.

Tipp 2: Kompressionsstrümpfe

Eines der Hauptprobleme bei schweren Beinen ist die Tatsache, dass sich der Druck in den unteren Beinen und vor allem in den Venen erhöht. Durch Druck, der von außen aufgebaut wird, verbessert sich die Situation. Die Beinmuskulatur und damit die so genannte Wadenmuskulaturpumpe, die den Venen dabei hilft, ihre Pumparbeit zum Herzen zu schaffen, werden aktiviert. Die Venen werden entlastet, gestaute Flüssigkeit kann besser abgeleitet werden und Ihre Beine strahlen in Ihrer ganzen Schönheit und Sie fühlen sich frischer, besser und leichter.

Kompressionsstrümpfe gibt es heutzutage in einer riesigen Auswahl an Formen und Farben. Wer möchte, kann jedes Outfit mit den passenden Kompressionsstrümpfen ergänzen. Von der Arbeitsuniform, dem Blauemann bis zum Abendkleid und dem Sportdress alles ist möglich.

Kniestrümpfe, halterlose Strümpfe oder Strumpfhosen, ganz wie es für Sie passt, durch die große Auswahl und die tollen Farben, kann man Kompressionsstrümpfe heute kaum noch von „normalen“ Strumpfwaren unterscheiden. Dabei gibt es sie in 4 Kompressionsklassen.

Je nachdem, ob Sie nur gelegentlich unter schweren Beinen leiden, Krampfadern haben oder sogar schwerere Venenprobleme Sie plagen, variiert die Kompressionsklasse.

Hat Ihr Arzt bei Ihnen eine Venenschwäche festgestellt, kann er Ihnen Kompressionsstrümpfe verschreiben. Zwei Mal im Jahr übernimmt dann Ihre Kasse die Kosten für ein Paar solcher „Stützstrümpfe“. Sie sind allerdings auch jederzeit ohne Rezept in Fachgeschäften erhältlich. Lassen Sie sich beraten und die Strümpfe individuell anpassen, damit Sie immer einen perfekten Sitz haben.

Tipp 3: Fuß- und Beingymnastik

Spezielle Venengymnastik in Ihren Alltag einzubauen, ist gar nicht so aufwendig. Die folgenden Übungen gehen schnell und Sie benötigen hierfür keine Hilfsmittel. Es gibt also keine Ausreden mehr.

Gleich morgens vor dem Aufstehen, nach Feierabend oder abends als Letztes können Sie diese Übung machen. Dazu legen Sie sich auf den Rücken (im Bett, auf einer Gymnastikmatte, dem Sofa oder wo auch immer), Arme liegen locker neben dem Körper, Sie strecken Ihre Beine zur Decke und ziehen die Füße an und strecken sie wieder ab. Wiederholen Sie diese Übung 10-20 Mal. Anschließend können Sie auch gleich noch in der Luft „Fahrradfahren“. Dabei kommen die Beine wieder in die Höhe und Sie bewegen sie, als würden Sie Fahrrad fahren. Diese Übung können Sie so lange machen, bis Sie merken, dass Ihre Beine leichter werden, aber mindestens eine Minute lang.

Bleiben Sie noch einen Moment länger im Bett, legen sich jetzt aber auf den Bauch. Nun nehmen Sie ein Bein gestreckt nach oben in die Luft und ziehen abwechselnd den Fuß ganz fast nach vorne und strecken ihn anschließend wieder. Nach zehn bis zwanzig Wiederholungen kommt das andere Bein an die Reihe.

Eine tolle Übung, die Sie kaum bemerkt auch während der Arbeit machen können, ist das Fußwippen im Stehen. Dazu stellen Sie sich mit leicht geöffneten Beinen hin und gehen abwechselnd auf die Zehenspitzen und die Fersen. Versuchen Sie dabei durchaus auch immer in eine extreme Position zu gelangen und strengen Sie sich hierzu ein wenig an. Die Dehnung wird Ihnen allgemein gut tun. Wenn Sie möchten, können Sie sich dabei auch gerne irgendwo festhalten. Diese Übung können Sie auch gerne im Sitzen ausführen, wenn Sie einer sitzenden Tätigkeit nachgehen. Eine weitere einfache Übung, die vor allem am Abend schnell und zuverlässig Erleichterung verschafft, ist das Zehengreifen. Stellen oder setzen Sie sich hierfür hin und ziehen Ihre Schuhe aus. Versuchen Sie nun ein Handtuch oder einen anderen kleinen Gegenstand mit Ihren Zehen vom Boden aufzuheben und zu versetzen. Das sollte Ihnen mit jedem Fuß mindestens 10-20 mal gelingen.

Tipp 4: Flaches Schuhwerk statt Absatz

Damit Ihre Venen stets gut arbeiten können, benötigen die die Unterstützung der Muskulatur in ihrer Umgebung. Deswegen ist es wichtig, dass sich Ihre Füße bewegen können. Je mehr Bewegung, desto besser. Wenn sie stattdessen den ganzen Tag in engen, hohen Schuhen oder Stiefeln eingesperrt sind, werden Beine und Füße schnell schwer und müde.

Wenn Sie Wert auf hohe Absätze legen, sollten Sie diese Entscheidung einmal überdenken. Denn sind Ihre Füße den ganzen Tag in einer vorgelagerten, gestreckten Position, kann Ihr Fuß nicht komplett abrollen. Doch dieses Abrollen bei jedem Schritt ist es, das die Wadenmuskeln an- und entspannt. Genau das, was Ihre Venen zur Unterstützung so dringend benötigen.

Tragen Sie Ihre Highheels also besser nur zu besonderen Anlässen und stellen Sie sich im Zweifel einfach ein paar passende, flache Alternativen an den Schreibtisch. So können Sie, wenn kein Kundenverkehr ist, einfach kurz in die flachen Pumps oder Ballerina hüpfen und Ihren Venen Unterstützung bieten.

Tipp 5: Viel trinken

Wenn Ihre Venen schwach werden, wird sich das im Laufe der Zeit auf die gesamte Durchblutungssituation in Ihrem Körper auswirken. Gewebsflüssigkeit und auch Ihr Blut versacken im unteren Teil des Körpers - Flüssigkeit, die in Ihrem Blut fehlt. Dadurch vergrößert sich die Wahrscheinlichkeit, dass sich Ihr Blut verdickt und haarfeine Gefäße im gesamten Körper schlechter versorgt werden. Solche Kapillargefäße finden sich vermehrt in den Augen, Ohren und vor allem in den Herzkranzgefäßen.

Eine ausreichende Trinkmenge sowie wassertreibende Lebensmittel wie Petersilie, Brennnessel, Spargel, Äpfel und Reis helfen Ihrem Körper außerdem dabei, die gestaute Flüssigkeitsmenge, die sich in Ihren geschwollenen Füßen gesammelt hat, aus dem Körper auszuleiten.

Tipp 6: Eiskalte Beinbäder

Schwere Beine treten zu Beginn vor allem an heißen Sommertagen auf. Eine wunderbare Erste-Hilfe-Maßnahme sind dann eiskalte Beinbäder. Sie verengen nicht nur auf natürliche Weise Ihre Gefäße, sie erfrischen und erleichtern auch. Anschließend noch ein kühlendes Gel auf die Haut aufgetragen, hält die Wirkung deutlich länger an.

Doch Wasseranwendungen können noch viel mehr. Kalte Güsse und Wechselduschen stärken nämlich die Abwehrkräfte und das Bindegewebe. Ihre Venen bleiben dadurch länger jung und funktionstüchtig. Viele Gründe, um den Wasserhahn bei der täglichen Dusche einige Sekunden auf kalt zu stellen.

Tipp 7: Nahrungsergänzungsmittel (Rutin)

„Gesundheit kommt von innen“, hieß einmal ein kluger Werbesatz. Klug deshalb, weil sehr viel Wahrheit darin steckt. Zum Glück gibt es nämlich gute pflanzliche Helfer, die Ihre Venen ein Leben lang gesund erhalten und somit das Problem mit den schweren, müden Beinen wunderbar in den Griff bekommen können.

Als besonders wirkungsvoll haben sich sekundäre Pflanzenstoffe herausgestellt. So sind es Cumarine, Melilotosid, Flavonoide und Saponine im Steinklee, die traditionell gegen Venenschwäche eingesetzt werden. Das liegt zum einen daran, dass diese allgemein entzündungshemmend wirken und das Gewebe vor Wasseransammlungen schützen. Zudem stärken und schützen diese Pflanzenstoffe die Wände der haarfeinen Blutgefäße. Deren Durchlässigkeit wird verringert und dadurch kommt es zu weniger geschwollenen Beinen. Unterstützt wird diese Wirkung dadurch, dass die Wirkstoffe des Steinklees den Blutfluss verbessern und den Abtransport der Lymphe, also des Körperwassers unterstützen.

Aber auch Rutin gilt als sehr wirksam bei der Gesunderhaltung Ihrer Beinvenen. Auch bei Rutin handelt es sich um einen sekundären Pflanzenstoff, und zwar aus der Gruppe der Flavonoide.

Rutin verhindert das Verkleben der festen Blutbestandteile, der Blutplättchen. Solch ein Verkleben kann zu einer Thrombose führen und wird im Volksmund oft auch als „dickes Blut“ bezeichnet.

Der Grund dafür, dass die Beine schwer werden und anschwellen, ist, dass die Gefäßwände schwacher Venen für Wasser durchlässiger werden und damit dieses aus dem Blut stammende Wasser in das umgebende Gewebe, nämlich die Region der Füße und Knöchel, später auch des gesamten Unterschenkels eindringt. Gleichzeitig fehlt das Wasser im Blut, wodurch dieses immer mehr „verdickt“. Diese Verdickung macht den Venen die Arbeit noch schwerer.

Vor allem die Kombination dieser beiden Inhaltsstoffgruppen in ausreichend hoher Konzentration lassen Ihre Beine schön und elegant aussehen. Ihre Venengesundheit verbessert sich und Sie können ganz schnell wieder mit zwei schlanken Beinen Ihren Mann oder Ihre Frau stehen.

Ein besonders hochwertiges Produkt, das diese Ansprüche erfüllt, ist Naturtreu „Venenschatz“. Es ist eines der wenigen sorgfältig in Deutschland hergestelltes Venenmittel. Die natürlichen, verganenen Inhaltsstoffe kommen direkt Ihren Venen zugute.

Danke fürs lesen und viel Erfolg wünscht Ihr NATURTREU Team!

www.naturtreu.de