

Im Gespräch mit Anne-Kathrin Kosch

Miss Germany 2011: Schöne Beine in Bestform!

Bein zu zeigen, trauen sich Frauen mit ersten Anzeichen von Venenleiden und Venenpatienten viel zu selten. Dabei haben moderne Stütz- und Kompressionsstrümpfe nichts mehr mit den „Gummistrümpfen“ aus Großmutterzeiten gemeinsam: Ganz im Gegenteil: Dank feiner, weicher Garne und modernster Stricktechnik sind venenunterstützende Strümpfe von BELSANA heute nicht mehr von normalen Feinstrümpfen zu unterscheiden. Aufgrund ihres spürbaren Kompressionsdrucks fördern sie den Rücktransport des Blutes zum Herzen. Das beugt müden und schweren Beinen sowie geschwollenen Knöcheln nach langem Stehen oder Sitzen im Beruf oder auch auf Reisen wirkungsvoll vor. Ein Vorteil, den auch Anne-Kathrin Kosch, die amtierende Miss Germany 2011, zu schätzen weiß. Für sie sind elegante oder sommerliche Kleidung und Stützstrümpfe kein Widerspruch. Im Interview erklärt die gelernte PTA warum und gibt alltagstaugliche Tipps für Beine in Bestform.

Frage: Sie sind als Miss Germany viel unterwegs. Das bedeutet auch, dass Sie viel im Auto oder Flugzeug sitzen. Wie schaffen Sie es da, bei Ihren Auftritten von Kopf bis Fuß immer top in Form zu sein?

Anne-Kathrin Kosch: Ja, ich bin sehr viel unterwegs. Ich lebe momentan wirklich nur aus dem Koffer und im Hotel. Um gut auszusehen, mache ich nicht viel, das muss ich ehrlich zugeben. Aber ich versuche schon, mich gesund zu ernähren und viel zu schlafen, wenn das möglich ist. Ansonsten: Ich liebe Schokolade, das ist mein Energiespender.

Frage: Wie halten Sie Ihre Beine fit, wenn Sie als amtierende Miss Germany bei Ihren Auftritten oder in Ihrem Beruf als PTA oft lange stehen müssen?

Anne-Kathrin Kosch: Bis vor meinem Titel habe ich sehr viel Sport gemacht, vier bis fünfmal die Woche. Jetzt schaffe ich das nicht mehr, weil ich zu viel unterwegs bin. Aber durch meine Arbeit in der Apotheke kenne ich Strumpfhosen und Strümpfe von BELSANA, die durch ihre Stütz- und Kompressionswirkung die Beine entlasten. Die trage ich nun häufiger. Wenn ich unterwegs bin und lange sitze, nutze ich zum Beispiel die Reisekniestrümpfe.

Frage: Frau Kosch, worauf legen Sie bei der Auswahl von Strümpfen oder Strumpfhosen besonderen Wert?

Anne-Kathrin Kosch: Großen Wert lege ich auf eine gute Qualität und natürlich darauf, dass die Strümpfe eine entsprechende Stützwirkung haben. Die ist wichtig, wenn man sich wie ich zurzeit wenig bewegt. Auf diese beiden Punkte achte ich sehr.

Frage: Als PTA treffen Sie in der Apotheke auch auf Venenpatienten. Wann empfehlen Sie den Kunden Stützstrümpfe und worauf sollten Kunden beim Kauf ihrer Strümpfe achten?

Anne-Kathrin Kosch: Stützstrümpfe empfehle ich Menschen, die sehr viel sitzen, zum Beispiel im Büro, und allen, die viel stehen. Sie profitieren von dem vom Knöchel nach oben abnehmenden Druckverlauf der Strümpfe, der dazu beiträgt, das Blut besser aus den Beinen zurück zum Herzen zu transportieren.

Beim Kauf ist daher die Auswahl der richtigen Stütz- oder Kompressionswirkung wichtig. Dabei hilft die Beratung in der Apotheke, denn eine junge Frau, die vorbeugend nur eine leichte Stützwirkung haben möchte, braucht einen anderen Strumpf als jemand, der schon Venenprobleme hat.

Frage: Und was würden Sie einer jüngeren Frau zur Vorbeugung empfehlen?

Anne-Kathrin Kosch: Da gibt es heute ganz schicke Strümpfe in modischen Farben und viele verschiedene Produkte wie die Vital-Kniestrümpfe mit pflegenden Zusätzen. Übrigens muss es nicht immer eine Strumpfhose sein: Gerade für jüngere Frauen sind die halterlosen Schenkelstrümpfe mit ihrer tollen Spitze sehr ansprechend.

Frage: Festliche oder sommerliche Kleidung und Stützstrümpfe, ist das für Sie ein Widerspruch?

Anne-Kathrin Kosch: Nein, ganz sicher nicht. Gerade zum Kleid sehen moderne Stützstrümpfe richtig schick aus. Man sieht gar nicht mehr, dass die Strümpfe eine medizinische Funktion haben. Eine schöne schwarze Strumpfhose oder zum Ausgehen auch halterlose Strümpfe zum eleganten Kleid, das lässt sich wunderbar kombinieren.

Frage: Welche Tipps haben Sie für Leserinnen, die abends oft mit schweren, müden Beinen oder geschwollenen Knöcheln nach Hause kommen? Was können die als Erfrischungsprogramm machen?

Anne-Kathrin Kosch: Ein Fußbad würde ich empfehlen. Ich selbst wende das im Moment selten an, weil ich einfach froh bin, wenn ich ins Bettchen fallen kann, aber ein Fußbad tut mir immer sehr gut.

Infokasten:

Für jede Situation der richtige Strumpf

Kniestrümpfe, Schenkelstrümpfe, Strumpfhosen – die Auswahl an venenaktivierenden Strümpfen von BELSANA wird unterschiedlichen Vorlieben und dem individuellen Bedarf gerecht.

Kniestrümpfe sind beim Sport, auf Reisen oder bei leichten Beschwerden wie schweren, müden Beinen und geschwollenen Knöcheln eine gute Wahl. Die Auswahl reicht von leicht stützenden Strümpfen in 70 und 140den über die edlen fein-transparenten Kniestrümpfe BELSANA glamour 280den bis hin zu Strümpfen mit hohem Baumwollanteil wie BELSANA cotton. Letztere sind definitiv nicht nur Frauensache, denn sie passen dank der großen Farbauswahl auch bei Herren zu jedem Kleidungsstil von sportlich bis elegant. Daher sind sie auf Reisen die idealen Begleiter für Damen und Herren. In der warmen Jahreszeit ist die Sommer Edition mit 18 Prozent atmungsaktiver Microfaser eine besonders trageangenehme Alternative. Mit kühlenden oder pflegenden Garnen lassen die Kniestrümpfe der Wellness und Vital Edition keine Wünsche offen. Sportler profitieren von der stützenden Wirkung von BELSANA Sport beziehungsweise BELSANA Sport pro, die auch Profiansprüchen gerecht werden.

Schenkelstrümpfe sind mit ihrer attraktiven Spitze nicht nur für modebewusste Frauen eine gute Wahl, sie unterstützen die Venen zudem von den Zehen bis zum Oberschenkel. Hier reicht die Auswahl von Feinstützstrümpfen in 70, 140 und 280den bis hin zu medizinischen Kompressionsstrümpfen, die sich für einen sicheren Auftritt in Beruf und Freizeit problemlos mit klassischer Kleidung ebenso kombinieren lassen wie mit aktuellen Modetrends.

Strumpfhosen sind die Alternative zu Schenkelstrümpfen und wie diese als Stütz- oder medizinische Kompressionsstrümpfe in unterschiedlichen Stärken und vielen Farben erhältlich. Für optimalen Tragekomfort sorgen bei den neuen BELSANA microsoft moderne atmungsaktive Garne, die helfen die Hautfeuchtigkeit zu erhalten, und bei BELSANA vivere zusätzlich Aloe vera und Vitamin E. Beide Pflegesubstanzen sind in Mikrokapseln über den ganzen Strumpf verteilt in das Garn integriert. Für Schwangere, die aufgrund der besonderen körperlichen Situation häufig unter schweren und geschwollenen Beinen leiden, sind Kompressionsstrumpfhosen mit einem komfortablen Leibteil eine gute Wahl. Beratung zur Auswahl der passenden Stütz- oder Kompressionswirkung, der richtigen Größe und des individuell passenden Farbtons erhalten Venenpatienten und alle, die einem Venenleiden durch Stützstrümpfe vorbeugen möchten, in ihrer Apotheke.