

LIFESTYLE



Grusel-Look: Rumer Willis in Hollywood - als Presswurst verkleidet

BULLS/INFGOFF

GESCHMACKSACHE

Über Stil lässt sich nicht streiten: Wir finden doch

ANNE-KATHRIN HASSE

Es rumort mal wieder um Rumer Willis. In Sachen Stil ist die US-Schauspielerin ja schon häufig in die Kritik geraten. Sei es wegen unrasierter Achseln auf einer Shop-Eröffnung in Beverly Hills oder weil sie Wollmützen mit Abendkleidern kombiniert. Nun wurde sie in diesem Outfit an einer Tankstelle in West Hollywood gesehen: In eine tief ausgeschnittene Bluse und viel zu enge Jeans-Hotpants hat sich die 22-Jährige gezwängt und die Weisheit „Weniger ist mehr“ missverstanden. Geht man denn so tanken? Zumindest tankte sie lüsterne Blicke der Männer und somit ihr Ego auf. Was wohl Papa und Hollywood-Haudegen Bruce Willis dazu sagen würde? Freizügigkeit ist man ja schon von ihrer Mutter Demi Moore gewöhnt, mit der sie 1996 gemeinsam im Skandalfilm „Striptease“ spielte. Aber das hier geht gar nicht: Die blaue Po-Manschette lässt Rumer wie eine Presswurst aussehen. Kann sie darin überhaupt gehen, geschweige denn atmen? Obenrum dürfte sich die Frage wohl nicht stellen. Denn die Bluse ist so weit aufgeknöpft, dass ihre Brüste rauszufallen drohen. Wie ein geflügeltes Insekt kommt sie mit Sonnenbrille und Westpantaille daher. Aber halt! Statt schwarz-gelber Warnfärbung bevorzugt sie feuerrotes Haar und leichenblassen Teint. Dem „People-Magazin“ gestand sie einmal, dass sie gerne den Kleiderschrank ihrer Mutter plündert. Das sollte sie ruhig häufiger tun, denn Demi Moore hat ihr modisch gesehen einiges voraus. Deshalb: Bitte Demi, sei gönnerhaft und versorg deine Tochter mit anständigen Klamotten!

Folgen Sie **Anne-Kathrin Hasse** auf Twitter
twitter.com/wk_hasse



Knabbern für die Schönheit

Wie ist es, wenn Fische an den Füßen saugen? Ausprobiert hat es unsere Autorin Anne-Kathrin Hasse

Zaghafte lasse ich meine nackten Füße ins Aquarium gleiten. Zu groß ist der Ekel. Noch scheue ich den Anblick. Denn bei dem Gedanken an die schwimmende Putzkolonie wird mir mulmig. Hungrige Fische, die mir im „Doctor Fish Spa“ bei Berlin die Füße samtig weich knabbern sollen. Ehe mir das warme Wasserbad von 160 Litern bis zu den Waden reicht, kribbelt es schon an den Zehenspitzen. Bloß nicht runtergucken. Das Wasserplätschern des Aquariums betört meine Ohren. Im Beauty-Salon duftet es wie feuchtes Heu. An der Garderobe klemmt ein quietschgelber Plüschfisch. „Glitz mich nicht so hämisch an“, denke ich. Ich wage einen Blick ins Pediküre-Becken: Über 100 Knabberfische haben meine Füße befallen.

Seit mehr als 200 Jahren stehen die Knabberfische in dem Ruf, Hautkrankheiten wie Neurodermitis zu lindern. Mittlerweile macht sich auch der Wellness-Markt den unbändigen Appetit des Karpfenfisches auf abgestorbene Hautpartikel zunutze. Die Tierschutzbehörde genehmigt dieses kosmetische Verfahren jedoch nicht in allen Bundesländern. Im Brandenburgischen Hoppegarten befindet sich Deutschlands erstes Fish-Spa.

Dutzende Knabberfische haben sich an meiner Fußsohle festgesaugt und schlagen propellerartig mit ihren kleinen Flossen. Andere flutschen durch die Zehen, wuseln hektisch über den Fußrücken. Es prickelt und kitzelt. Meine Beine zucken unwillkürlich. Es scheint, als würden mich die vier Zentimeter großen Beauty-Piranhas mit winzigen Stromstößen an den Füßen traktieren.

Ein Mann, der seine Beine unbe-schwert im benachbarten Fischbecken baumeln lässt, belächelt meine Reaktion. „Nicht so zimperlich“, sagt er. Es ist Andreas Heine, Pressesprecher der Hoppegartener Beauty-Lounge.

„Was Füße angeht, sind die Kunden sehr eigen. Sie genießen sich und möchten keinen Beobachter bei der Fischpediküre um sich herum wissen“, sagt der 54 Jahre alte studierte Psychologe. So unterzieht er sich selbst der Behandlung.

Angewidert frage ich mich, ob die schwimmenden Körperfresser auch Krankheiten übertragen können. Der „wichtige Hinweis“ auf der Spa-Website kommt doch nicht von ungefähr:

„Wir dürfen keine Kunden behandeln, die an Hepatitis B, C oder an HIV erkrankt sind.“ Eine Ansteckung über die Fische ist aus Heines Sicht jedoch ausgeschlossen. Er habe diesen Hinweis nur auf Empfehlung eines Hygienikers veröffentlicht. Für mich ein Widerspruch, der mich im Trüben fischen lässt.

So viel ist sicher: Die Spa-Fische bekommen nur gesunde Haut zu fressen. Deshalb begutachtet und reinigt Elena Hunecker meine Füße und die Herrn Heines, bevor sie sie überhaupt zur Fütterung freigibt. Die gelernte Krankenschwester ist in Sibirien aufgewachsen. Früher pflegte sie Senioren und psychisch Kranke, heute Fische und Füße. Bis zu zehn Kunden behandelt sie pro Tag im Salon. Es kommen überwiegend Frauen. Sie zahlen 68 Euro für die komplette einstündige Sitzung.

Die Beine gegrätscht sitzt Elena Hunecker auf einem Hocker vor mir. Mit Feile und routinierten



Pediküre mal anders: Die Autorin lässt sich beknabbern

Handgriffen bringt die zierliche Russin meine Nägel in Form. Ihre Ohringe aus Süßwasserperlen schlenkern dabei durch die Luft. Dann schmiret sie mir mit einem Diamantfräser etwas Hornhaut von der Fußsohle.

„Den Rest essen die Fische“, sagt sie mit russischem Zungenschlag und streift sich die Latex-Handschuhe ab.

Im Aquarium herrscht Gewimmel. Ich lasse meine Beine im Wasser hin und her pendeln. Trotzdem stürzen sich die kleinen Fußfetschisten immer wieder auf mich.

Aus dem Kitzeln ist ein wohliges Streicheln geworden. Als ob ich barfuß in einen Sack voller Gänsefedern geschlüpft wäre. Nach einer

MUT ZUR FARBE

Mit Nagellack in Knallfarben wie zum Beispiel lemon green, post it, naughty pink und perfect wave (**Misslyn**, 4,95 Euro) wird der Neon-Look perfekt. Der Lack überzeugt durch Spiegelglanz und gute

Haftung. Mit nur einem Streich lässt sich schon ein optimales Farbeergebnis erzielen. Außerdem schützt der integrierte UV-Filter die Lackfarben vor dem Ausbleichen und garantiert langanhaltende Farbkraft.



Wohlfühlen auf Schritt

So gönnen Sie Ihren Füßen eine Verwöhnpause

Eigentlich führen unsere Füße ein Schattendasein. Zwar tragen sie uns im Laufe des Lebens circa 180 000 Kilometer durch die Welt. Anerkennung schenken wir ihnen dafür aber nicht gerade. Jetzt ist Schluss damit! Denn gerade in der warmen Jahreszeit sind schöne und gepflegte Füße auch ein toller Hingucker. Mit diesem Rundum-Wohlfühlprogramm werden müde Treter sommerfit. Das Gute: Sie müssen sich dafür keiner teuren Kosmetikbehandlung unterziehen.

Rubbeln

Ein Fußpeeling befreit die Haut von Hornschüppchen und öffnet die Poren. Die Haut wird so optimal auf ein Pflegeprogramm vorbereitet. Vermengen Sie 50 Gramm Meersalz mit Olivenöl und rubbeln sie die Füße damit ab.

Baden

Ein Fußbad macht nicht nur die Haut schön weich, sondern regt gleichzeitig Kreislauf und Durchblutung an. Und so werden Sie fit

LIFESTYLE



Gewimmel im Becken: Gierig stürzen sich die Knabberfische auf Füße

AKUDY LARS REIMANN

WOHER DIE LUST AUF TOTE HAUT?

Knabberfische kommen unter anderem in der südlichen Türkei vor sowie in einigen Küstenflüssen Nordsyriens. Am bekanntesten sind sie aus der Region **Kangal (Türkei)**, wo

sie einen 35 Grad warmen Bach besiedeln. Weil dort Nahrungsmangel herrscht, entdeckten sie Badende als Futterlieferanten und stellten sich auf Eiweiß um.

haben Knabberfische gar keine Zähne.“ Sie saugen nur; heißen deshalb auch Saugbarben.

Somit tat die Prozedur zu keinem Zeitpunkt weh. Sanft, aber trotzdem wirkungsvoll: Als ich die abgetrockneten Füße anfasse, fühlt sich die Haut weich und seidig an. Wie Marshmallows. Zwar ist immer noch eine Hornhautschicht an Ballen und Fersen, aber weitaus weniger als nach Bimsstein und Feile. Kurios. Elena Hunecker versichert mir, dass sich durch diese softe Variante nicht so schnell neue Verhärtungen auf der Haut bilden. Sollte sich ihre Prophezeiung erfüllen, denke ich über eine Wiederholung nach. Aber nur dann.

halben Stunde ist das Fisch-Bad vorbei. Aber die Tiere haben immer noch Hunger. Ich schüttel meine Beine aus, sonst lassen sie nicht ab.

„Sie sind Dauerfresser“, sagt Andreas Heine mit breitem Grinsen, „aber entgegen ihrem Namen



KNABBERSPASS

Im „Doctor Fish Spa“, Deutschlands erstem Fish Spa, kann man sich der kitzligen Fischpediküre unterziehen: <http://bit.ly/p46BWA>

und Tritt

von Kopf bis Fuß: Einen Liter Milch und drei Teelöffel Honig zwei Litern warmem Wasser beimischen, Füße zehn Minuten darin baden. Wer noch mehr möchte: Fichtennadel- oder Kamillenextrakt beruhigen und wirken antibakteriell.

Atmen lassen

Nach dem Fußbad, ist die Haut weich und geschmeidig. Dann ist der beste Zeitpunkt, die Nagelhaut zu behandeln. Dadurch können die

Nägel besser atmen. Die Haut aber nicht wegschneiden, sondern mit einem Rosenholzstäbchen (Apothek, ca. 2,50 Euro) sanft zurückschieben. Dann mit Nagelöl befeuchten und einmassieren.

Schneiden

Sind die Fußnägel weich, lassen sie sich mit Knipser und Feile besser in Form bringen. Aber Vorsicht: Wer es zu gut meint, riskiert, dass die Nägel einwachsen! Nicht zu kurz und immer gerade schneiden.



PICTURE ALLIANCE/MATTHIAS STOLT

Einfach mal abtauchen: Warme Fußbäder sind eine Wohltat

Massieren

Verwöhnen Sie Ihre Füße mit einer belebenden Fußmassage: Einen Fuß in beide Hände nehmen und den Fußrücken mit kreisenden Bewegungen der Daumen vom Knöchel zu den Zehen massieren. Danach die Sohle mit et-

was stärkerem Druck massieren, von der Ferse zu den Zehen. Zum Schluss jeden einzelnen Zeh sanft durchkneten. Auch gut: Übungen mit einem Fußroller oder Igelball stimulieren. Nacheinander jeden Fuß darauf stellen, einige Minuten hin- und herrollen.

Creemen

Für eine Extra-Portion Pflege die Füße über Nacht dick eincremen. Kuschelige Socken drüber ziehen

(am besten aus Baumwolle) und über Nacht einwirken lassen. Dank der Wärme öffnen sich die Poren, wertvolle Wirkstoffe ziehen tief in die Haut ein und machen sie geschmeidig.

Barfuß laufen

Freiheit für die Füße: Ob auf Rasen, Moos, Parkett oder Sand: Laufen Sie so oft wie möglich barfuß! Studien zeigen, wie gesund das Laufen auf nackter Haut ist – auch für die Psyche.

BALSAM FÜR DIE HAUT



ARTDECO

Feuchtigkeit ist Lebenselixier und schützt die Haut vor dem Austrocknen. Daher gilt: Immer gut eincremen! Nachhaltige Pflege verleiht zum Beispiel der Soft Repair Balm von **Artdeco** (9,50 Euro) mit Lotus- und Hibiskus-Extrakten. Er zieht schnell in die Haut ein und duftet fruchtig frisch nach Mandarine und Grapefruit.

ZUM VERDUFTEN

Gegen sehr rissige und trockene Haut verschafft am besten eine Fußbutter Abhilfe. So wie die „Aromatic Foot Butter with anti-callus effect“ von **Artdeco** (16,80 Euro). Sie ist besonders reichhaltig und pflegt die beanspruchte Haut. Gleichzeitig verringert Glycolsäure die Neubildung von Hornhaut und unterstützt, dass sich abgestorbene Hautzellen ablösen. Trockene Füße werden dank Sheabutter und Mandelöl wieder zart. Und duftet sie auch noch: Denn die enthaltenen ätherischen Öle aus Zitrusfrüchten verleihen der Creme ihr vitalisierendes Aroma und sorgen so für Gute-Laune-Effekt.



ARTDECO

FEDERLEICHTER SCHAUM



YUPIK PR GMBH

Je fetthaltiger, desto besser? Das gilt bei Cremes und Salben nicht immer. Von **Allpresan** (4,99 Euro) gibt es seit Neuestem eine leichte Schaum-Creme, die die Füße mit ihrem zehnpromzentigen Urea-Anteil optimal mit Feuchtigkeit versorgt.

PRICKELNDER MÜNTERMACHER

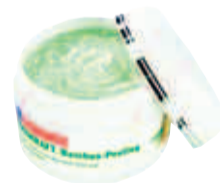
Müden, geschwollen Beine können Frische-Sprays Abkühlung verschaffen. So wie dieses Pump-Spray, Elancyl, von **Pierre Fabre Dermo-Kosmetik** (16,60 Euro). Es enthält Schneeballrinden-Extrakt, was abschwellend wirkt und die Haut beruhigt. Das Menthol hinterlässt ein kühlendes Gefühl. Tipp: Für einen Extra-Frische-Kick das Spray im Kühlschrank aufbewahren.



PIERRE FABRE Dermo-KOSMETIK GMBH

SAUBERMACHER

Zart und geschmeidig werden Füße und Beine mit einem Peeling. Es glättet die Hautoberfläche und bringt die Durchblutung auf Trab. Das Bambus-Peeling von **Gehwol** (11,90 Euro) aus grobem Zucker, feinem Bambuspulver und Jojobawachs befreit die Haut besonders schonend von überschüssigen Schüppchen. Und das enthaltene E-Vitamin hilft der Haut sich zu regenerieren. Tipp: Den Peeling-Effekt können Peeling-Handschuhe verstärken. Sie sind in jeder Drogerie erhältlich.



DOROTHEA KÜSTERS LIFE SCIENCE CO