

Füsse tragen uns ein Leben lang

Edith Romano weiss, was Händen und Füssen wohl tut. «Die Füsse sind wie die Wurzeln eines Baumes», sagt die diplomierte Fussreflexzonen-Masseurin. Allein schon ein Fussbad könne Wunder wirken, und eine Massage sei eine wahre Wohltat.

◆ *Frau Romano, Sie führen in Mellingen die Praxis Fuss-in-Hand. Gepflegte Hände und Füsse sind für viele Personen wichtig. Was kann ich für mich selber tun?*

Edith Romano: Unsere Füsse tragen uns ein Leben lang, genau wie es die Wurzeln eines Baumes tun. Nebst gepflegten Füssen und Händen ist eine Fussreflexzonen-Massage bei mir in der Praxis eine wahre Wohltat, für Körper, Geist und Seele. Durch gezielte Druck- und Streichmassage an den entsprechenden Zonen an den Füssen oder auch Händen wird der gesamte Organismus stimuliert und Entspannung herbeigeführt. Entspannung ist der erste Schritt zur Normalisierung eines aus den Fugen geratenen Gleichgewichts. Heute, wichtiger denn je, die Herausforderungen des Alltags zu meistern.

◆ *Welche Tipps haben Sie speziell für Männer? Ein Grossteil von ihnen kümmert sich nur wenig um Hände und Füsse?*

Lange Zeit galt die Fusspflege als reines Frauen-Thema. Heutzutage sind dem Mann auch gepflegte Füsse bewusst, denn schlecht gepflegte Füsse können der allgemeinen Gesundheit schaden. Für ein Männer-Fusswohl empfehle ich: Schnappen Sie sich Ihre Lieblingslektüre, ein Sport- oder Automagazin und tauchen Sie Ihre Füsse für circa 15 Minuten in ein



Edith Romano (51) ist gerne in der Natur unterwegs. Wandern, LineDance und Kochen sind ihre Hobbys.

Foto: zVG

wohlduftendes Fussbad ein. Das entspannt. Die Zehennägel gerade schneiden und immer wieder im Trockenzustand die Hornhaut mit einer entsprechenden Hornhautfeile entfernen. So ist der Fuss optimal zum Eincremen vorbereitet. Das tönt nach grossem Aufwand, ist es aber in der Tat nicht.

◆ *Und dann...?*

...braucht der Mann vielleicht ein bisschen Mut und bucht einen Termin, denn eine Fussreflexzonen-Massage hat dieselbe positive Wirkung wie bei den Frauen.

◆ *Wo ist das Reusstal am schönsten?*
An der Reuss, Richtung Mülligen und Bremgarten.

◆ *Wie sind Sie im Reusstal am liebsten unterwegs?*
Mit meinem Mann, zu Fuss oder dem Velo.

◆ *Was ist für Sie Luxus?*
Luxus ist, zu wissen, dass ich alles

habe, was ich zum Leben brauche. Und natürlich Gesundheit und wohlgesinnte Menschen um mich.

◆ *Wann findet einen das Glück?*
Wenn man es am wenigsten erwartet.

◆ *Wenn Sie nicht diplomierte Fussreflexzonen-Masseurin wären, welchen Beruf würden Sie dann ausüben?*
Einen anderen Beruf im Gesundheitswesen.

◆ *Spontan kommen Freunde, was dürfen sie von Ihnen immer erwarten?*
Ein gutes Gespräch mit einem feinen Glas Wein und einem Stück Flammkuchen.

◆ *Wenn Sie eine Zeitreise machen könnten, in welcher Epoche möchten Sie landen?*
Im Land der Krolche bei den Kelten in Irland.

◆ *Hätten Sie lieber einer anderen Nation (Kultur) angehört?*
Nein, ich bin sehr dankbar hier in der vielfältigen Schweiz zu leben.

◆ *Wenn Sie in einem Film mitspielen dürften, welchen würden Sie wählen?*
SOKO Kitzbühel, nur schon der Sprache wegen und der Gräfin Isabelle und dem Starkoch Hannes; die beiden sind der Polizei meistens eine Nasenlänge voraus.

◆ *Lesen Sie ein Buch? Welches?*
«Wunder wirken Wunder»: Wie Medizin und Magie uns heilen. Mit viel Humor entkrampft Dr. med. Eckart von Hirschhausen den Streit zwischen Schul- und Alternativmedizin und zeigt, was jeder für sich tun, aber auch lassen kann.