



Frisches Körpergefühl in 40 Minuten

Medical Wellness im F.X. Mayr-Zentrum

Es ist ein Dienstag Anfang März, acht Uhr morgens - die Vögel zwitschern schon verhalten, die Sonne steht noch tief, wird aber durch keine Wolke verdeckt: Durch die klare kalte Luft gehe ich durch den Gräflichen Park zum Hölderlin Haus herüber und werde von Sandra Risse, Masseurin und eine der Seelen des Hauses, empfangen – es ist schon alles vorbereitet.

Der hohe schlichte Raum duftet angenehm und es ist schön warm. Die Temperatur ist sogar so angenehm, dass selbst ich als ewig Frierende mich ohne Probleme bis auf die Unterwäsche ausziehen kann. Sandra Risse bittet mich, mich auf die Liege mit Blick aufs Fenster zu legen, und ich kann das Sonnenlicht hinter der dünnen Gardine sehen.

Ein „Medizinisch-Kosmetische Gesichtsbehandlung, SPM“ hatte ich gebucht. Als PR-Referentin darf ich neben einigen anderen Kollegen etwas aus dem Behandlungs-Angebot des F.X.-Mayr-Zentrums ausprobieren – ich muss ja wissen, über was ich spreche oder schreibe. Monika Fockel, Sekretärin und weitere Seele im Zentrum, hat dann gleich noch ein „Mechanische Lymphdrainage“ für mich mitgebucht. „Sie liegen sowieso 40 Minuten, da können wir das gleich mitmachen.“ Ich bekomme also entstauende Lymphdrainage im Gesicht, am Bauch und den Beinen. Das strafft und glättet. Gerade so kurz nach Karneval ist „strafft“ ja immer gut.

Meine Beine werden in Plastikfolie gepackt. Darüber kommen auf die ganze Länge Manschetten, die sich später ähnlich einer Blutdruckmessmanschette aufblasen werden, um Druck auf mein Gewebe auszuüben. Hätte ich mir unangenehm vorgestellt, ist es aber gar nicht. Um den Bauch wird eine ähnliche Manschette gewickelt und darüber wird mein Körper mit einer Decke warm eingepackt. Dann beginnt die parallele Gesichtsbehandlung: Nach der Reinigung mit einem Tonic trägt Sandra Risse ein Gel auf und beginnt in wechselnden Bewegungen über ein Röhrchen mittels Unterdruck, die Haut anzusaugen. Erst werden so die Lymphknoten stimuliert, dann mein Gesicht entlympht. Nach etwa 40 Minuten wird zum Abschluss eine Maske aufgetragen – mit Gesichtsmassage.

Noch während ich mit fachmännischen Handgriffen wieder ausgepackt werde, merke ich, wie gut ich mich fühle. Gar nicht müde vom langen Liegen, sondern irgendwie erfrischt, straff und meine Gesichtshaut fühlt sich ganz prall an. Nach dem Aufstehen muss ich sofort die Brille aufsetzen und in den Spiegel schauen: Mein Gesicht ist ganz rosig und nach mehrmaligen Drehen und Wenden vor dem Spiegel meine ich auch, mein Po sehe straffer aus. Auf jeden Fall fühle ich mich großartig!

Beschwingt gehe ich rüber in mein Büro. Meine Kolleginnen finden natürlich auch, dass ich gleich viel jünger aussehe... Danke an das Team im F-X. Mayr-Zentrum für das tolle Angebot!

(Erlebnisbericht von K. Schütze, PR-Referentin UGOS)