

Lidrandhygiene

1. Warme Umschläge

Legen Sie während 5 -10 Minuten ein handwarmes Tuch (wahlweise in Schwarztee getränkt) auf beide Augen. Der eingetrocknete Talg in den Drüsen wird dadurch verflüssigt und die Poren öffnen sich.



2. Massage der Lidränder

Die Augen werden geschlossen. Durch Massagebewegungen am Unterlid von unten nach Oben (zur Lidkante) sowie auf dem Oberlid von oben nach unten (wieder zur Lidkante) wird der zuvor verflüssigte Talg ausgedrückt.

Anschliessend kreisförmige Massagebewegungen von aussen nach innen, jeweils oben und unten.



3. Applikation von Pflegeprodukten

Anwendung von

- Tropfen
- Gel
- Salbe
- Naviblef

Je nach Empfehlung