



Bayer Vital GmbH  
Unternehmenskommunikation  
51366 Leverkusen  
Deutschland  
Tel. +49 214 30-1  
[media.bayer.de](http://media.bayer.de)

---

## **Füße bedürfen besonderer Aufmerksamkeit**

Jacqueline Ciompala, Physiotherapeutin, Bayer 04 Leverkusen

---

Die Physiotherapeutin weiß, wie wichtig gesunde Füße für Sportler sind: „Gerade für Sportler ist die Gesundheit ihrer Füße besonders wichtig, um ihre Leistung zu 100 Prozent abrufen zu können.“ Einen wichtigen Beitrag zur Prävention leisten regelmäßig ausgeführte Übungen zur Fußstabilität. Daneben erfolgt einmal pro Woche eine professionelle Fußpflege. Ciompala: „Zudem ist es wichtig, das Schuhwerk regelmäßig zu prüfen, anzupassen und gegebenenfalls durch Einlagen Beschwerden vorzubeugen. Die Schuhe werden nach jedem Spiel inspiziert und desinfiziert.“

Bei der Behandlung von Fußpilz gibt es für die Physiotherapeutin keine Kompromisse: „Fußpilz muss sofort mit einer Bifonazol-haltigen Creme behandelt werden.“ Zur Vorbeugung empfiehlt sie, nach dem Duschen die Füße besonders zwischen den Zehen gründlich abzutrocknen.

Zudem kann jeder selbst regelmäßig etwas für seine Fußgesundheit tun. Ciompala: „Einfache Fußübungen lassen sich in den Alltag integrieren. Während des Zähneputzens abwechselnd auf einem Bein stehen trainiert die Stabilität der Fußgelenke. Bei längerem Sitzen Schuhe ausziehen und kräftig mit den Zehen wackeln. Das stärkt und lockert die Muskulatur. Wechselduschen der Füße regen außerdem den Lymphabfluss an.“

## Über Bayer

Bayer ist ein weltweit tätiges Unternehmen mit Kernkompetenzen auf den Life-Science-Gebieten Gesundheit und Ernährung. Mit seinen Produkten und Dienstleistungen will das Unternehmen den Menschen nützen, indem es zur Lösung grundlegender Herausforderungen einer stetig wachsenden und alternden Weltbevölkerung beiträgt. Gleichzeitig will der Konzern seine Ertragskraft steigern sowie Werte durch Innovation und Wachstum schaffen. Bayer bekennt sich zu den Prinzipien der Nachhaltigkeit und steht mit seiner Marke weltweit für Vertrauen, Zuverlässigkeit und Qualität. Im Geschäftsjahr 2018 erzielte der Konzern mit rund 117.000 Beschäftigten einen Umsatz von 39,6 Milliarden Euro. Die Investitionen beliefen sich auf 2,6 Milliarden Euro und die Ausgaben für Forschung und Entwicklung auf 5,2 Milliarden Euro. Weitere Informationen sind im Internet zu finden unter [www.bayer.de](http://www.bayer.de)

Die Bayer Vital GmbH vertreibt die Arzneimittel der Divisionen Consumer Health und Pharmaceuticals sowie die Tierarzneimittel der Geschäftseinheit Animal Health in Deutschland. Mehr Informationen zur Bayer Vital GmbH finden Sie unter: [www.gesundheit.bayer.de](http://www.gesundheit.bayer.de)

Ihr Ansprechpartner:

**Erwin Filter, Tel. +49 214 30-57280, Fax: +49 214 30-57283**

E-Mail: [erwin.filter@bayer.com](mailto:erwin.filter@bayer.com)

Mehr Informationen unter [media.bayer.de](http://media.bayer.de)

Folgen Sie uns auf Twitter: [twitter.com/BayerPresse\\_DE](https://twitter.com/BayerPresse_DE)

ef (2019-0126)

### **Zukunftsgerichtete Aussagen**

Diese Presseinformation kann bestimmte in die Zukunft gerichtete Aussagen enthalten, die auf den gegenwärtigen Annahmen und Prognosen der Unternehmensleitung von Bayer beruhen. Verschiedene bekannte wie auch unbekannt Risiken, Ungewissheiten und andere Faktoren können dazu führen, dass die tatsächlichen Ergebnisse, die Finanzlage, die Entwicklung oder die Performance der Gesellschaft wesentlich von den hier gegebenen Einschätzungen abweichen. Diese Faktoren schließen diejenigen ein, die Bayer in veröffentlichten Berichten beschrieben hat. Diese Berichte stehen auf der Bayer-Webseite [www.bayer.de](http://www.bayer.de) zur Verfügung. Die Gesellschaft übernimmt keinerlei Verpflichtung, solche zukunftsgerichteten Aussagen fortzuschreiben und an zukünftige Ereignisse oder Entwicklungen anzupassen. se oder Entwicklungen anzupassen.