

Eine ausgewogene Ernährung trägt wesentlich zu einem schönen Hautbild bei. Unterstützen Sie Ihre Kundin mit fundiertem Fachwissen.

Schönheit von innen



Britta Bülter legt Wert auf ein ganzheitliches Behandlungskonzept, auf Wunsch auch mit einer ausführlichen Ernährungsberatung



Eine ausgewogene, gesunde Ernährung zeigt sich u. a. in einem schönen Hautbild. Diese Erkenntnis ist keineswegs neu. Kosmetiker, die sich für einen ganzheitlichen Behandlungsansatz entscheiden, bieten im Rahmen ihrer Dienstleistungen oftmals auch eine Ernährungsberatung an. Britta Bülter, Kosmetikerin aus dem westfälischen Rheine, ist diesen Schritt gegangen. Nach ihrer Ausbildung zur Arzthelferin in einer dermatologischen Praxis machte sie das Fachabitur und entschloss sich dann für eine Ausbildung zur Kosmetikerin. Erfahrungen sammelte sie anschließend während ihrer Tätigkeit in einer Tagesschönheitsfarm, in einer Parfümerie sowie in einem Rehabilitationszentrum. „Diese Zeit brachte mir vor allem eine Erkenntnis: Ich wollte in die Selbstständigkeit, und ich wollte meine Kunden noch individueller beraten und pflegen“, sagt die heute 37-Jährige. Seit ihrer Weiterbildung zur ganzheitlichen Ernährungsberaterin setzt sie ihr Fachwissen bei kosmetischen Behandlungen in ihrem Institut „Britta Bülter ... für das Lächeln der Seele“ ein.

Fingerspitzengefühl gefragt

„Bereits bei der Anamnese frage ich die Kundin nach ihren Essgewohnheiten, welche Öle sie beim Kochen verwendet und wie viel Flüssigkeit sie täglich zu sich nimmt.“ In etwa 60 Prozent der Fälle ergreift Britta Bülter die Initiative und

Zuhören und Lösungsansätze aufzeigen

spricht ihre Kundin im Rahmen der Behandlung an, wenn ihr am Hautbild etwas auffällt. „Manchmal erzählt auch die Kundin von sich aus von gesundheitlichen Beschwerden, wie Gewichtsproblemen, Allergien oder Magenbeschwerden.“

In beiden Fällen ist ein hohes Maß an Fingerspitzengefühl und Einfühlungsvermögen gefragt, schließlich ist es nicht das Ziel, die Kundin vor den Kopf zu stoßen, sondern sie zu beraten und ihr einen möglichen Lösungsansatz aufzuzeigen, gegebenenfalls empfiehlt die Kosmetikerin auch die Konsultation eines Arztes.

Im Frühjahr und Herbst bietet die ganzheitliche Ernährungsberaterin außerdem ein von ihr betreutes Basenfasten an, das bei ihren Kunden gut ankommt. Auch Monika Ferdinand, Vorsitzende des Bundesverband Deutscher Kosmetikerinnen (BDK), sieht die Ernährungsberatung als sinnvolle Zusatzdienstleistung, sofern die Kosmetikerin in ihrem Institut ein entsprechendes ganzheitliches Konzept verfolgt. „Bei Hautproblemen kann eine Ernährungsberatung weiterhelfen. Eine sehr trockene Haut lässt z. B. auf häufige Ernährungssünden schließen, das bedeutet zu viele Kalorien, zu wenig Gemüse und Obst sowie ein schlechter Flüssigkeitshaushalt – auch das Rauchen hinterlässt seine Spuren. Wenn die Kosmetikerin dann mit der Kundin den Ernährungsfahrplan bespricht, bekommt sie die unglaublichsten Geschich-

Zum Thema Ernährungsberater

Es gibt unterschiedliche Weiterbildungsmöglichkeiten zum Ernährungsberater. Manche Kurse dauern wenige Tage, andere bis zu 14 Monate. Die Wahl des für Sie als sinnvoll erachteten Weiterbildungsmodells hängt davon ab, wie tiefgehend Sie sich die Inhalte erschließen möchten und welchen Stellenwert die Ernährungsberatung in Ihrem Institut einnehmen soll.

ten zu hören. Besonders berufstätige Frauen ernähren sich oft schlecht und unregelmäßig“, weiß Ferdinand aus Erfahrung.

Kundinnen mit einem eher fahl wirkenden Teint würde sie zunächst die Überprüfung des Vitaminhaushalts durch einen Arzt empfehlen. Bei Hautunreinheiten hält sie, abgesehen von einer gründlichen Ausreinigung, die Untersuchung des Hormonhaushalts für sinnvoll. „Zeigt dieser keine Auffälligkeiten und erscheint auch die Ernährung ausgewogen, würde ich mich im nächsten Schritt nach den persönlichen Pflegeprodukten der Kundin erkundigen. Vielleicht passt da etwas nicht zusammen“, rät Ferdinand.

ELKE ROHWER