



ŚWIAT STOI NA NOGACH!

STOPY TO ZWIERCIADŁO ZDROWIA!

Ciężar naszego ciała opiera się na kilkudziesięciu centymetrach kwadratowych powierzchni stóp, to wyjątkowy układ 26 kości, ponad 100 więzadeł i mięśni. Specjalistyczna pielęgnacja stóp łączy w sobie zagadnienia z pogranicza kosmetyki i medycyny.

To, co wyróżnia specjalistę pielęgnacji stóp, to umiejętności diagnozowania oraz udzielanie właściwej pomocy. Pacjenci zgłaszają się najczęściej z problemami wymagającymi terapii, jednak trafiają się

i tacy, którzy chcą po prostu zadbać o swoje stopy. Drobne problemy stóp mogą zmienić się w bardzo poważne dolegliwości. Deformacje występują pojedynczo, zazwyczaj jedna deformacja powoduje

powstawanie kolejnej. Z jakimi problemami podologicznymi spotykamy się najczęściej?

WRASTAJĄCE PAZNOKCIE

Dotknięte tym problemem bywają najczęściej paznokcie dużych palców stopy; kąty lub brzegi paznokcia wbijają się w miękką tkankę wału paznokciowego, co może prowadzić do bolesnego podrażnienia lub stanu zapalnego. Spowodowane to jest noszeniem zbyt ciasnego obuwia, nieodpowiednim bądź za krótkim obcinaniem paznokci. Pielęgnacja gabinetowa polega na odpowiednim przycięciu paznokci, wycięciu kolców, dezynfekcji i założeniu tamponady, która ma na celu uniesienia płytki paznokciowej i zabezpieczenie urazu. Tamponady nasączamy płynem do wrastających paznokci, a pacjent musi zmieniać je codziennie.

REKONSTRUKCJA PŁYTKI PAZNOKCIOWEJ

Ubytki paznokci stóp mogą mieć różne przyczyny – od uszkodzeń mechanicznych, po zmiany chorobowe. Spowodowane są najczęściej mocnym uderzeniem, po chirurgicznym zrywaniu wrastających paznokci, mogą doprowadzić do stanów

Usługi podologiczne świadczy wyspecjalizowany personel kosmetologów, przy pomocy narzędzi sterylizowanych i sprzętu jednorazowego użytku, po odbyciu bezpłatnej konsultacji.

zapalnych i bolesnych obrzęków. We wszystkich przypadkach można zrobić rekonstrukcję przy pomocy żywicy akrylowej. Paznokieć wygląda naturalnie, estetycznie, chroniony jest przed podrażnieniami w obuwiu. Godne polecenia jest trwałe (do 4 tygodni) malowanie hybrydowe – Shellac 6 patentów dla zdrowia płytki i skóry.

ODCISKI

Mają centralnie ułożony rdzeń, który sięga głęboko do unaczynionej i unerwionej warstwy skóry. Najczęściej umiejscawiają się w obrębie śródstopia, przodostopia i między palcami. Występują na obszarach stopy, które są poddawane bardzo dużemu obciążeniu, jest to zazwyczaj długotrwały ucisk i tarcie. Do zmiękczenia stosujemy preparaty zawierające mocznik lub kąpiel stóp. Usuwamy wierzchnią warstwę

zrogowiałego naskórka używając frezów diamentowych, wiertel grubo i drobnoziarnistych. Do pielęgnacji zalecane są preparaty na odciski w płynie lub plastry o właściwościach zmiękczających i złuszczeniowych.

BRODAWKI

Mogą pojawiać się pojedynczo lub grupowo, są różnej wielkości – od główki szpilki do ziarna grochu. Mogą pojawiać się praktycznie wszędzie: wokół wału paznokciowego, pod głowami kości śródstopia czy na pięcie. W przerośniętych komórkach widoczne są ciemne lub czerwone punkty. Są bolesne i często mylone z odciskami. Przyczyną jest zakażenie wirusem np. z powodu nieprzestrzegania higieny – chodzenie boso na basenie, w saunie. Zalecane jest leczenie dermatologiczne poprzez zastosowanie ciekłego azotu – wymrażanie.

PĘKAJĄCE PIĘTY

Przyczyną jest bardzo sucha skóra, niewłaściwa higiena, cukrzyca, nadwaga, choroby skóry np. atopowe zapalenie skóry. Pęknięcia mogą mieć charakter szczelin w warstwie rogowej naskórka, a w ekstremalnych przypadkach rozpadliny, które dochodzą do skóry właściwej. Zrogowiałe naskórek opracowujemy po wymoczeniu przy pomocy frezarki w kierunku równoległym do pęknięć. Do pielęgnacji domowej zalecane są preparaty silnie nawilżające i maści o dużej zawartości witaminy A i mocznika.

ZABIEGI SPA NA STOPY

Mają na celu nawilżenie suchej skóry stóp, zniesienie dolegliwości ciężkich nóg, zapobieganie nadmiernemu poceniu się stóp, poprawienie krążenia żylnego i limfatycznego,

regenerację, relaks i poprawę samopoczucia. Kąpiel stóp w solach o działaniu zmiękczającym, regenerującym, wygładzającym, o dużej zawartości składników aktywnych takich jak: mocznik, aloes, borowina, olejki eteryczne. Peeling złuszcza martwe komórki naskórka i przygotowuje skórę do absorpcji składników aktywnych. Oczyszczanie, wygładza i zmiękcza. Masaż aromorefleksyjny manualny z użyciem specjalnych akcesoriów z drewna czerwonego to terapia holistyczna, polega na masażu uciskającym odpowiednich punktów znajdujących się na stopie zwanych refleksami. Każdemu punktowi odpowiada organ w ciele np. paluchowi – mózg. Maski kremowe i parafinowe intensywnie nawilżają, regenerują i wygładzają dając efekt „DZIECIĘCYCH STÓP”.

Pamiętajmy: świat stoi na nogach – stopa to zwierciadło zdrowia! Człowiek w ciągu całego swojego życia średnio 3 razy okrąży kulę ziemską. Mimo tego, że stopy są tak istotne dla naszego organizmu, jest to wciąż część ciała, o którą NAJMNIEJ DBAMY! Usługi podologiczne świadczy wyspecjalizowany personel kosmetologów, przy pomocy narzędzi sterylizowanych i sprzętu jednorazowego użytku, po odbyciu bezpłatnej konsultacji. Czas zabiegu pedicure pielęgnacyjnego lub leczniczego to ok. 45-70 minut. Na życzenie Klienta realizowane bywają też zabiegi wyjazdowe.

W przypadku skomplikowanych problemów ze stopami polecam wysokiej jakości preparaty. Gehwol – oferuje profesjonalne produkty dla skór pękających, zrogowiałych, pocących się i pękających pięt, a także kuracje zmiękczające i lecznicze na odciski.



Kosmetolog Marta Baranowska w trakcie specjalistycznego zabiegu podologicznego w Salonie Kosmetologii CLEOPATRA Płock, który prowadzi program „ZDROWE STOPY”.

Fot. Dariusz Ossowski



Marta Baranowska

Kosmetolog, wykładowca i instruktor, związana z zawodem od 9 lat.