

## Aus podologischer Sicht: kein Fußbad vor der Behandlung!

### Teneriffa

Wird die Haut des Fußes mechanisch oder durch Sonneneinstrahlung stark belastet, reagiert sie mit einer Verdickung der Hornschicht, um sich zu schützen. So entstehen Schwielen. Das sind flächenhafte Verhornungen mit glatter Oberfläche. Besonders anfällig dafür ist, wer die Füße z. B. beim Sport oder durch zu enge Schuhe mechanisch stark belastet. Auch wer gerne ohne Strümpfe in die Schuhe schlüpft, riskiert Schwielen. Der Fuß schwitzt, klebt am Schuh, und die Haut wird beim Gehen permanent gerieben. Unter Schwielen kann sich das Gewebe besonders leicht entzünden.

Hyperkeratosen sind (als deutlich schwerere Ausprägung der Schwiele) eine übermäßige Stärke der Hornhaut, die entweder glattflächig sein – aber auch abschuppen und einreißen kann. Besonders bei Fußdeformierungen (Senkfuß, Spreizfuß, Hallux valgus) kommt es zu einer Fehlbelastung der Füße, die dann mit Schwielen und Hyperkeratosen reagieren.

Schwielen und Hyperkeratosen findet man sehr häufig an der Ferse, am Großzehenballen und an den Zehengelenken. Die Haut spannt, weil ihre Elastizität vermindert ist, und bei Belastung können Druckschmerzen auftreten. Besonders an der Ferse neigt die übermäßig verhornte Haut zu



Schmerzfreie Entfernung von Hornhaut mit „Nasstechnik“

Rhagaden (Schrunden), sehr schmerzhaften Hautrissen, die bluten können und unbehandelt schlecht heilen. Die hyperkeratotische Haut ist generell in ihrer Abwehrfunktion eingeschränkt, so dass es leicht zu Infektionen wie Fußpilz oder Warzenbefall kommt.

Anne Zieboll kann all diese Krankheitsbilder fachkundig behandeln. Die Podologin er-

klärt hier, welche Methoden es gibt, und wie sie damit umgeht:

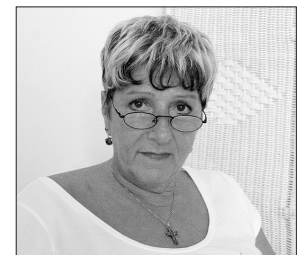
„Grundsätzlich bevorzuge ich die Trockenentfernung der Hornhaut, im Gegensatz zur Behandlung nach einem Fußbad, denn feuchtigkeitsgesättigte Haut erschwert die Diagnose und damit die Behandlung.“

Bei aufgeweichter Haut kann man den Übergang von gesunder zu kranker Hornhaut nicht mehr exakt definieren. Die Haut ist dann zwar erweicht und lässt sich mit dem Hobel oder Skalpell leichter abtragen. Dennoch spricht,

aus podologischer Sicht, einiges gegen ein Fußbad als „generelle“ Vorbehandlung. Viele Fußpfleger neigen dazu, die aufgeweichte Hornhaut zu intensiv abzutragen – das erhöht die Verletzungsgefahr. Auch lassen sich keine Temperaturdifferenzen der Füße erkennen, was ein wichtiger Hinweis auf, z. B., Entzündungen sein kann.

Zur Trockenentfernung von Hornhaut benutze ich ein modernes Fußpflegegerät mit Nasstechnik, das die behandelte Stelle gleichzeitig kühlt, und so keine Schmerzen entstehen lässt.“ (Gleiches gilt für die Behandlung von verdickten oder eingewachsenen Nägeln, Hühneraugen, Warzen und anderen Fußproblemen.)

Selbstverständlich bekommen alle Patienten nach der Behandlung ein Fußbad – zur Entspannung und zur Entfernung von Haut-, Nagel- und Schleifresten.



Med. Fußpflege Anne Zieboll  
C/ La Hoya 71 · Puerto Cruz  
Tel.: 617 805 769  
www.fusspflege-az.eu  
Mo-Fr 10-13 & 16-18 Uhr