

Rhagaden – Schmerzhaftes Hautrisse an den Füßen

Teneriffa

Rhagaden sind Hautrisse die entstehen, wenn die Geschmeidigkeit der Haut nicht mehr optimal ist bzw. wenn die Haut überdehnt wird. Solche Hautrisse, auch Schrunden genannt, heilen oft nur sehr langsam und können das Eindringen von Pilzen und Bakterien in die Haut ermöglichen, was zu schwerwiegenden Infektionen der Unterhaut führen kann.



Ausgeprägte Rhagaden - hier an der Ferse.

Häufigste Ursache ist ein zu geringer Feuchtigkeits- und Fettgehalt der Haut, verursacht durch den Verlust des natürlichen Hauttalg, der epidermalen Lipide. Dazu können auch Hautkrankhei-

ten wie chronische Ekzeme und Neurodermitis kommen.

Gefördert wird die Bildung von Rissen durch Verletzungen und Überanspruchung der Haut zum Beispiel bei beruflichen oder sportlichen Aktivitäten. Auch Kälteeinfluss lässt die Haut schneller austrocknen. Besonders häufig ist die Verhornung der Haut im Laufe des natürlichen Alterungsprozesses, was besonders bei unzureichender Pflege zu Rhagaden führen kann. Von Hautrissen können Menschen schon ab dem 15. Lebensjahr betroffen werden.

Rhagaden äußern sich durch hartnäckige und äußerst schmerzhaft kleine und große Risse in der Epidermis (Oberhaut) die in schlimmen Fällen bis in die Dermis (Schicht unter der Oberhaut) reichen können. Sie sind meistens am Vorfuß und an den Fersen zu finden. (Schrunden an den Fersen treten hauptsächlich bei Frauen auf.)

Anne Zieboll rät aus langjähriger Erfahrung bei der Behandlung von trockenen

Rhagaden wie folgt:

Ganz wichtig ist die regelmäßige Anwendung von feuchtigkeitsspendenden und rückfettenden Hautschutzsubstanzen. Besonders empfehlenswert ist "Sheabutter" die sowohl einem Fußbad beigegeben werden kann als auch zum Einreiben Anwendung findet.

Bei feuchten Rhagaden muss die Haut vor einer weiteren Behandlung trocken gelegt werden. Dazu eignen sich Orthesen und Zwischenzehepolster die einen dauerhaften Hautkontakt verhindern und für bessere Belüftung sorgen.

Bei stärkerer Ausprägung von Rhagaden sollten Sie auf jeden Fall eine podologische Behandlung in Betracht ziehen. Frau Zieboll trägt dabei die verhornten Stellen entlang der Hautrisse ab. Dafür wird ein modernes Fußpflegegerät benutzt, das es erlaubt die Rhagaden sehr behutsam zu behandeln und dem Patienten gleichzeitig jeglichen Schmerz zu ersparen. Die tiefen Risse werden anschließend durch das Auftragen einer speziellen desinfizierenden

den und wasserbeständigen Lösung vor äußeren Einflüssen geschützt.

Die fachgerechte, podologische Behandlung von Rhagaden bzw. Schrunden ist, besonders bei starker Ausprägung, unumgänglich. Es kann sonst, wie schon am Anfang erwähnt, zu Folgeschäden kommen.

Auch wenn die betroffenen Stellen manchmal recht böse aussehen lassen sich die meisten Schrunden recht schnell auf ein Minimum reduzieren, mit dem man gut zurecht kommen kann.



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