

Nadmierne zrogowacenie naskórka

Lato coraz bliżej. Już niedługo odkryjemy nasze stopy, a wraz z nimi pięty. I tu zwykle zaczyna się problem – ich skóra jest żółta, zrogowaciała, często popękana. Jakie są tego przyczyny?

Izabella Piotrowska
prezes Polskiego Stowarzyszenia Podologicznego,
właściciel Satin SGK

Nadmierne zrogowacenie to anormalne zagęszczenie pokrywowych warstw naskórka będące naturalną reakcją ochronną organizmu. Jeśli, pomimo prawidłowej pielęgnacji, zrogowacenie wzrasta się bez wyraźnej przyczyny, mamy do czynienia z patologicznymi zmianami w skórze, a często także w tkance łącznej. Następnym owych zmian jest powstawanie zrogów, odcisków, brodawek, rozpadlin (pęknięć) skóry oraz stanów zapalnych. Badania nad przyczynami suchości skóry dowiodły, że zwłaszcza kończyny dolne narażone są na powstawanie zaburzeń w pracy tętniczego i żylnego układu krwionośnego. Konsekwencją zaburzeń jest uszkodzenie wegetatywnych układów zakończeń nerwowych gruczołów potowych i łojowych. To sprawia, że poszczególne warstwy skóry nie otrzymują wystarczającej ilości płynów i lipidów. Suchość skóry może obejmować całą stopę lub jej część – wysuszony naskórek ma barwę żółtą, białą – żółtą, szarą – żółtą, aż do brudnoszarej, może mieć zarówno stałą i spójną konsystencję jak również może być kruchy, spękany i łuszczący się. Nadmierne zrogowacenie skóry obserwujemy przeważnie w miejscach najbardziej obciążonych: na pięcie i w obszarze stawów proksymalnych palców stopy oraz na zewnętrznej krawędzi podeszwy stopy, a także na czubkach palców – szczególnie w przypadku płaskostopia poprzecznego.

W DOBRZYCH APTEKACH

PUDER RODZINNY
do pielęgnacji ciała

ZASTĘPUJE DEZODORANT
ZAPOBIEGA OTARCZIOM I ODPARZENIOM
ZMNIJEJSA POCENIE

- pachy, okolice piersi,
- fałdy skórne, pachwiny,
- stopy, wewnętrzne partie ud

NIE WYSUSZA
I NIE PODRAŻNIA SKÓRY
IDEALNY DO MĘSKICH ZÓD
– LIKWIDUJE ZAPACH!

zawiera:

- związki o działaniu grzybobójczym i bakteriostatycznym
- ekstrakt z nagietka i alantoinę
- antyoksydant, Vit.E.

POMAGA SKÓRZE PRZEZ CAŁY ROK
IDEALNY NA LATO!

TESTOWANY DERMATOLOGICZNIE

WZBOGAONA
FORMUŁA MEDYCZNA

Laboratorium Farmaceutyczno-Kosmetyczne
05-500 Piaseczno, ul. Kosciuszki 24
tel. fax (022) 756 76 71

Przyczyny dolegliwości

Przyczyny zrogowacenia skóry (keratogenezy) mogą być różne. Najczęściej wymieniane to:

- podrażnienia wywołane przez bodźce zewnętrzne – tarcie i ucisk,
- zaburzenia równowagi hormonalnej i zaburzenia wegetatywne
- cukrzyca, reumatyzm, zaburzenia pracy wątroby i nerek
- nieodpowiednie, źle dopasowane obuwie,
- nadwaga,
- długotrwałe stanie,
- nieprawidłowe ułożenie szkieletu kostnego i deformacja budowy stopy.

Zdiagnozowanie przyczyny powstawania zrogowaceń ma dla podologa kluczowe znaczenie. Jeśli powodem dolegliwości nie są bodźce zewnętrzne, należy uświadomić klientowi konieczność zwrócenia się do lekarza i rozpoczęcie terapii, ponieważ zabiegi przeprowadzane w gabinecie podologicznym ograniczają się jedynie do usuwania objawów.

Terapia

Zabiegi wykonywane przez podologa polegają na ostrożnym usunięciu i oszlifowaniu nadmiernie zagęszczonej, twardej skóry. Ich celem jest przywrócenie skórze normalnej elastyczności.

W przypadku usuwania zrogowaceń, przy pomocy skalpela bądź frezarki, należy zwracać baczną uwagę, aby pozostawić zawsze pewną warstwę ochronną dla leżących poniżej warstw skóry. Jeśli zrogowacenia zostaną usunięte zbyt radykalnie, skóra dążyć będzie do wytworzenia nowej, grubszej warstwy ochronnej. Użytkujemy efekt przeciwny do zamierzonego – ponowne zrogowacenie skóry będzie postępować szybciej.

Jeśli naskórek będzie zbyt cienki, może dojść do bolesnych pęknięć, które przeważnie bardzo się goją.

Równie ważne jest, staranne i dokładne usuwanie zrogowaceń. Nie wolno pozostawiać żadnych nierówności, ponieważ pozostawione krawędzie zrogowaciałej skóry prowadzą do powstawania zrogów a w rezultacie do tworzenia się odcisków (nagniotków) i brodawek stóp. Dotyczy to w szczególności obszarów podeszwy i stawów proksymalnych palców stopy. Konsekwencją nieumiejętnie przeprowadzonego zabiegu może być stan zapalny zrogowaciałej skóry. Wrażliwszy pod tym względem jest obszar podeszwy stawów proksymalnych palców stopy. W początkowym stadium zapalenia można pomóc naświetlaniem ozonem, okładami i opatrunkami z masełami gojącymi. Niezwykle ważne jest prawidłowe opatrzenie obszaru zapalenia, oraz stosowanie opatrunków odciążających. Dopiero po ustaniu ostrych objawów zapalenia można przystąpić do ponownych zabiegów. Jeśli pomimo terapii doszło do ropnego zakażenia, konieczne jest odeśnienie pacjenta do lekarza. Warunkiem sukcesu kuracji jest ścisła współpraca pac-

jenta ze specjalistą i przestrzeganie zaleceń co do codziennej pielęgnacji stóp:

- spożywanie odpowiedniej ilości wody,
- noszenie obuwia i skarpet wykonanych z naturalnych surowców,
- codzienne mycie skóry stóp pod bieżącą letnią lub ciepłą wodą,
- kąpiele stóp w letniej lub ciepłej wodzie z dodatkiem środków poprawiających krążenie,
- masaże stóp, celem ich lepszego ukrwienia, szczerkowanie skóry miękką szczoteczką,
- systematyczne stosowanie indywidualnie dobranych preparatów pielęgnacyjnych.

Szczególnie godne polecenia są:

maści typu „schrunden“, które każdy z producentów preparatów do pielęgnacji stóp ma w swojej ofercie – łagodzą, uelastyczniają i natłuszczają skórę, zapobiegając utracie wilgoci,

preparaty propolisowe – działają antyseptycznie, kojąco i przyspieszają regenerację naskórka

balsamy zawierające salicyl – normalizują proces odnowy skóry, zapobiegają powstawaniu zrogowaceń. Właściwy dobór preparatów do pielęgnacji domowej determinuje powodzenie terapii. Należy wybierać produkty o lekkiej konsystencji, które łatwo wnikać w naskórek, eliminując napięcia i nierówności.

POLECAMY

Allpresan®

RATUNEK DLA PĘKAJĄCYCH PIĘT

Krem
Flanka

Skóra

• Drobna struktura siatek: efektywna ochrona skóry bez zatkania porów
• Zachowane naturalne funkcje skóry: termoregulacja i pocenie

Krem w formie pianki i maść zawierające 15% mocznika gwarantują kompleksową terapię dla skóry ze skłonnością do pęknięcia. Szczególnie polecane dla diabetyków

Satin SGK, 01-673 Warszawa, ul. Podłężna 7, tel.: (22) 866 86 56, email: satin@satin.pl, www.satin.pl