

Podologia

- stopy pod specjalnym nadzorem

Stopy są jedną z niewielu części ciała, o których większość z nas jeszcze stosunkowo niewiele wie. Nie wiemy, jak prawidłowo należy o nie dbać w domu, ani gdzie się zwrócić, jeżeli chcemy utrzymać je w zdrowiu lub usunąć zaistniałe zmiany. A przecież stopa to cudowny twór natury - jeżeli chodzi o konstrukcję kostno-więzadłowo-mięśniową - zaprojektowany po to, aby nieść nas przez życie, czyli przeciętnie okrążyć Ziemię czterokrotnie.

W Polsce jest ogromne zapotrzebowanie na wąsko wyspecjalizowanych fachowców zajmujących się kompleksowo profilaktyką, zachowawczym leczeniem oraz pielęgnacją kończyn dolnych. Mimo to podologia jako dziedzina medyczna nadal jest mało znana w naszym kraju, nawet wśród osób profesjonalnie zajmujących się pielęgnacją zdrowia. Wiele pedicurzystek, stykających się na co dzień z problemami stóp, zazwyczaj przypadkowo dowiaduje się o jej istnieniu.

Podologia to słowo coraz częściej używane w kręgu kosmetycznym i coraz bardziej rozpoznawalne. Jest to nauka o zjawiskach przyczynowo-skutkowych zachodzących na stopach.

Według Wikipedii:

Podologia – dziedzina medycyny zajmująca się diagnozowaniem chorób, leczeniem (także chirurgicznym) stopy i stawu skokowo-goleniowego. Szczególnie często podologów leczą sportowców. Podologia w Polsce jest dziedziną raczkującą. Z zabiegów podologicznych powinni przede wszystkim korzystać pacjenci ograniczeni ruchowo, dotknięci chorobami skóry, kości i stawów, chorobami przemiany materii (cukrzyca, reumatyzm), pacjenci z wadliwym ustawieniem stóp i deformacjami palców (haluksy, palce krogulcze), z dolegliwościami na stopach tj. odciski, modzele, brodawki, wrastające czy grzybicze paznokcie, pocące się stopy, rozpadliny na piętach.

Według Polskiego Stowarzyszenia Podologicznego:

Podologia to dziedzina medycyny zajmująca się pielęgnacją kończyn dolnych, badaniem, zapobieganiem i usuwaniem stanów patologicznych kończyn dolnych, a zwłaszcza stóp.

W jednym punkcie obie definicje są zgodne - podologia jest dziedziną medycyny. Rozbieżności zaczynają się przy określeniu odbiorców usług podologicznych. Według Wikipedii, korzystają z nich konkretne osoby, czyli ograniczona grupa, natomiast według Polskiego Stowarzyszenia Podologicznego, skierowane są one w zasadzie do każdego, bo wszyscy powinni przeciwdziałać zmianom na stopach w myśl zasady „lepiej zapobiegać niż leczyć”.

Podolog to fachowiec wykorzystujący wiedzę podologiczną i umiejętności do:

- Przeciwdziałania niepożądanym zjawiskom na stopach przez:
 - dobór kosmetyków utrzymujących skórę stóp w wymaganej wilgotności i elastyczności;
 - dobór odciążających przywracających zmienionym chorobowo miejscom właściwą strukturę;
 - dobór ortez przeciwdziałających zmianom w układzie kostno-mięśniowo-ścięgnowym i w konsekwencji zmianom hiperkeratocytycznym;
 - dobór opatrunków przeciwdziałających rozprzestrzenianiu się infekcji (wirusowych, bakteryjnych, grzybiczych);
 - dobór obuwia;
 - udzielanie wskazówek dotyczących gimnastyki stóp przeciwdziałającej zmianom w układzie kostno-mięśniowo-ścięgnowym.
- Ingerencji w zmiany chorobowe (w bardzo ograniczonym zakresie) na stopach:
 - zmiany w obrębie paznokci;



usuwanie efektów wrastających, czy wkrcających się paznokci za pomocą m.in. klamer ortonyksyjnych;

- usuwanie nadmiarów przerosniętych paznokci;
- usuwanie zmienionych grzybiczo części paznokci;
- usuwanie zmian hiperkeratocytycznych na stopach (odciski, modzele, hiperkeratozy, rozpadliny itp.);
- rekonstrukcja paznokcia zastępczego w przypadku zniekształceń i braków w płytce paznokciowej.

Często niejasny jest zakres kompetencji podologa i zrozumienie, że wykonuje on czynności z pogranicza działań pielęgnacyjnych i zabiegów medycznych. Wiadomo jednak, że podstawą zdobycia odpowiednich kwalifikacji i uprawnień do wykonywania tego zawodu jest odpowiednia edukacja, która wymaga szerokiej i dogłębnej wiedzy z zakresu wielu dziedzin medycznych (chorób naczyniowych, ortopedii, diabetologii, dermatologii, chirurgii kończyn dolnych, rehabilitacji, fizjoterapii, podstaw zaopatrzenia ortopedycznego i technologii obuwia). Równoległe do zdobywania wiedzy merytorycznej powinno odbywać się praktyczne kształcenie zawodowe. W obecnej chwili jest to najpoważniejszym problemem, ponieważ w Polsce brakuje dyplomowanych podologów.

Do niedawna grupa wysoko wykwalifikowanych pedicurzystów wykonujących pedicure specjalistyczne nie była zbyt liczna. Większość osób zajmujących się zawodowo stopami ograniczała się do wykonywania zabiegów pielęgnacyjnych oraz upiększania płytki paznokciowej. W ostatnim czasie obserwujemy dynamiczny rozwój tego segmentu usług. Powstaje coraz więcej wyspecjalizowanych gabinetów pielęgnacji stóp oferujących usuwanie odcisków i modzeli, korekcję wrastających paznokci, rekonstrukcję płytki paznokciowej, czy zapobieganie nadpotliwości, suchości i pękaniu skóry stóp. Coraz więcej polskich pedicurzystek posługuje się nowymi technikami pracy. Gabinety wyposażane są w wysokiej jakości aparaturę, narzędzia i specjalistyczne produkty na wzór innych krajów europejskich, gdzie standardem zdrowotnym jest opieka podologiczna, a zawód podologa został uregulowany prawnie. Niestety, wiele polskich pedicurzystek tkwi w błędnym przekonaniu, że wykonując pedicure specjalistyczny (tzw. medyczny lub leczniczy) operuje technikami podologicznymi. W rzeczywistości zakres czynności i rodzaj przeprowadzanych przez pedicurzystę i podologa zabiegów zasadniczo się różni, a podobieństwa dotyczą wąskiego odcinka prac związanych z działaniami pielęgnacyjnymi.

Zawód podologa na świecie

Na całym świecie zawód podologa zyskuje na popularności, ponieważ styl życia współczesnego człowieka generuje wiele dolegliwości, spowodowanych



ANESI
PARAFANGO
beauty spa

ZAPRASZAMY na prezentację zabiegu 04.07 i 01.08 Beauty In oddział Warszawa, ul. Barska 3



- wyszczuplanie, modelowanie sylwetki
- redukcja cellulitu i rozstępów
- detoksykacja, oczyszczanie skóry

BeautyIn®

90-203 Łódź, ul. Pomorska 41, tel.: 042 630 04 57 (wew. 1, 2, 3),

oddział w Warszawie, ul. Barska 3, tel: 022 401 04 48

e-mail: sprzedaz@beautyin.pl/sklep, warszawa@beautyin.pl

www.beautyin.pl

pielęgnacja dłoni i paznokci

wanych nie tylko nabytymi deformacjami anatomicznymi w obrębie stóp, ale także chorobami cywilizacyjnymi, takimi jak: cukrzyca, nadciśnienie, otyłość, alergie czy niewydolność żylna. Ponadto społeczeństwo gwałtownie się starzeje, a starsze osoby, ze względu na ograniczoną sprawność ruchową, przewlekłe choroby oraz problemy skórne wymagają regularnej, specjalistycznej opieki.

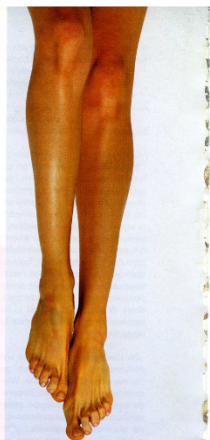
Powodem zwiększającego się zainteresowania specjalistyczną pielęgnacją stóp, jak również usług podologiczną jest m.in. zmiana nastawienia klientów. Standardowy gabinet podologiczny posługuje się nowoczesnym i bezpiecznym sprzętem, rygorystycznie przestrzega się w nim zasad higieny, używa wyłącznie materiałów jednorazowego użytku. Narzędzia są dezynfekowane i sterylizowane, zgodnie z obowiązującymi przepisami, podobnie jak w gabinecie lekarskim.

Badania społeczne, przeprowadzone kilka lat temu w naszym kraju, wyraźnie pokazują, że Polacy, zwłaszcza ci starsi, zaniebują swoje stopy. Nie odczuwają potrzeby zajmowania się nimi, chociaż zwykle są one zniszczone, chore i obolale. Wstydliwie ukrywają je w butach, zamiast usuwać i łagodzić dolegliwości. Stąd wniosek, że koniecznością jest podjęcie działań ukierunkowanych na zmianę mentalności polskiego społeczeństwa i uświadomienie, że stopy - jako podstawowy narząd ruchu umożliwiający aktywność życiową - stanowią jedną z najważniejszych czę-

ści życia. Według prognoz Międzynarodowej Federacji Diabetologicznej (IDF, International Diabetes Federation), liczba chorych na cukrzycę będzie stale wzrastać. Na tej podstawie przewiduje się także zwiększenie chorobowości na skutek powikłań mikronaczyniowych, do których m.in. zaliczamy angiopatię i neuropatię z zespołem stopy cukrzycowej.

Chorzy na cukrzycę są bardziej narażeni na zakażenie drobnoustrojami niż zdrowi ludzie. Infekcje to główna przyczyna hospitalizacji związanych ze stopą cukrzycową oraz większości amputacji. Koszty leczenia po amputacji, rehabilitacji oraz niezdolności do pracy są ogromne. Z tego względu najważniejszym kierunkiem rozwoju opieki diabetologicznej, także w Polsce, jest redukcja częstości wykonywanych amputacji poprzez rozpowszechnienie wiedzy na temat stopy cukrzycowej.

Naczelną regułą powinno być częste, obowiązkowe oglądanie stóp i edukacja pacjenta w zakresie dbania o nie, zwłaszcza doboru właściwego obuwia. Niestety, zdarza się, że chory opuszczając gabinet lekarski zamiast konkretnych zaleceń i wskazówek, słyszy tylko standardowe: „proszę dbać o swoje stopy”. Szukając fachowej pomocy, czasami trafia do gabinetu pedicury. Wszystko jest w porządku, jeśli pedicurzystka posiada odpowiednią wiedzę i specjalizuje się w obsłudze tego typu klientów. Wystarczy jednak nawet drobne skaleczenie przez niedoświadczoną lub źle wyedukowaną ko-



dycznych, ale również dlatego, że w dalszym ciągu brakuje w naszym kraju zawodu podologa, który jest przygotowany do opieki nad chorymi na cukrzycę. Mając na uwadze zapotrzebowanie społeczne, mam nadzieję, że w Polsce będzie przybywać osób i placówek świadomie i odpowiedzialnie wykonujących zabiegi podologiczne, co w dalszej perspektywie powinno przy-