



HAUT **AB!**

HORNHAUT REDUZIEREN – Gewissermaßen ist die Hornhaut ein Schutzschild gegen Druck und Verletzungen. Wird der Druck jedoch zu stark, vermehrt sich auch die Hornhaut, trocknet häufig aus und reißt im schlimmsten Falle sogar ein.

Es heißt also: rechtzeitig handeln!

Trockene Fußhaut, die nur mangelhaft gepflegt wird, entwickelt oft Verhornungen. Da sie sich nicht ausreichend selbst versorgen kann, ist es besonders wichtig, sie von außen zu unterstützen, um ihren natürlichen Säureschutzmantel zu stärken. Ihren Kunden können Sie dies zum Beispiel so erklären: „Die

Talgdrüsen der Haut produzieren Fett, das die Haut elastisch und gesund erhält. Zusammen mit Feuchtigkeit und Schweiß bildet das Fett eine Art Schutzbarriere auf der Haut, den Hydrolipidfilm. Sein pH-Wert bewegt sich im leicht sauren Bereich zwischen 5,5 und 6,0. Bei trockener Haut ist der Hydrolipidmantel weniger stabil und sei-



Vorschläge für die Heimpflege sowie Tipps für Ihre Kunden, um Hornhaut zu minimieren, finden Sie im Themenportal unter www.beauty-forum.com/themenportal unter dem Stichwort „Hornhautreduktion“



BEHANDLUNGSVORSCHLAG: HORNHAUTPFLEGE

Bieten Sie eine Spezialpflege im „Zwei-Schichten-System“ an.

1. Tragen Sie die Verhornungen mit einer Feile ab.
2. Arbeiten Sie dann die erste Schicht – z.B. eine Schrundencreme – fest in die Fußhaut ein.
3. Legen Sie danach die zweite Schicht der Spezialcreme darüber und massieren sie nur leicht ein.
4. Geben Sie nun einen Plastik- bzw. Wärmeschuh darüber und lassen die Packung für 10-15 Min. einziehen. Reste gut einmassieren.

ne Schutzfunktion ist herabgesetzt. Speziell an den Füßen wird trockene Haut oft zum Problem, da Füße stets in Strümpfen und Schuhen verpackt sind und nur wenig Luft genießen dürfen.“

Störend und schmerzhaft

Die Dicke der Hornhaut variiert bei jedem Menschen, ist aber meist mit bis zu 200 übereinanderliegenden Zellschichten am Fuß am stärksten ausgeprägt. Normalerweise ist die Hornhaut elastisch, geschmeidig und glatt. Wenn die Verhornung (Hyperkeratose) jedoch zunimmt, kann es passieren, dass die Haut austrocknet und einreißt. Erklären Sie Ihren Kunden - abgestimmt auf die jeweilige Problematik – wie wichtig es ist, das Thema ernst zu nehmen und sich rechtzeitig in fachkundige Hände zu begeben.

Methoden, Hornhaut zu reduzieren

1. Skalpell (alternativ auch Hornhauthobel oder Hohlmeißelklinge)

Mit dem Skalpell können übermäßige Hornhaut, Hühneraugen und auch Nagelecken entfernt werden. Hier sollte in der Handhabung auf die Klingengröße geachtet werden. Zum Start der Behandlung empfiehlt sich Größe 10. Arbeiten Sie an Rhagaden, kann Größe 15 benutzt werden.

2. Hornhauthobel

Dieses Gerät ähnelt einem Rasierapparat. Bei korrekter Anwendung kann damit die Hornhaut glatt und ohne Ansätze abgetragen werden. Selbst Schwielen über den Hühneraugen unter den Mittelfußknochen können



Schöne Füße,
starker Auftritt!

Laufwunder®

Fußpflegemittel – Das ideale Pflegeprogramm für Ihre Füße und Beine!



Fußbalsam kühlend
mit Kräuterextrakten. Macht
die Haut weich und elastisch.



Sensitivbalm
nutzt die antimikrobielle, stabilisierende
und regulierende Wirkung hochreinen
Mikrosilbers.



Fußbalsam hautfettend
pflegt normale und leicht
trockene Haut. Ideal für
die Fußmassage.



Lipidbalm
Feuchtigkeitspflege für die Füße
und Beine mit hochkonzentrierten,
hautidentischen Ceramiden,
Panthenol und Bisabolol.

Fordern Sie Proben und ein Originalprodukt
an, wenn Sie Laufwunder noch nicht kennen!
(Lieferung nur an den Fachhandel.)



Franz Lütticke GmbH
Lortzingstr. 14 · 58540 Meinerzhagen
Tel: 02354-90990 · Fax: 02354-13434 · info@luecticke.de · www.luecticke.de

damit bearbeitet werden. Der Hobel kann gezogen oder auch geschoben werden und sollte in einem Zug und mit einem moderaten Druck eingesetzt werden.

3. Frästechnik

Mit einem Fräser können auch Verhornungen abgetragen werden. Je nach Hautareal können hier verschiedene Formen zum Einsatz kommen (Zylinderform, Kegelform etc.). Auch beim Material gibt es Auswahl (Keramik-, Hartmetall-, Diamantfräser).

Achtung: Für die ersten drei Techniken gilt: nicht zu viel Hornhaut abtragen! Sonst könnte der Reiz zur Neubildung verstärkt werden. Gleichzeitig kann es beim Kunden zu Schmerzen kommen, die erst später beim Laufen spürbar werden. Die Haut unter der Schwielle bzw. unter der Hornhaut sollte in etwa die Elastizität der umliegenden Haut haben.

4. Hornhautweicher

Diese sind mit ihrem pH-Wert von 11–12 alkalisch und vorsichtig anzuwenden – besonders bei Diabetikern.

5. Harnstoffhaltige Produkte

Ureahaltige Produkte in Form von Fußbädern, Pflegecremes, Schaumcremes oder Sprays eignen sich vor allem für die regelmäßige Nach- und Heimpflege.

6. Schälpasten

Die Pasten sind meist auf Salicylsäurebasis formuliert. Die Säure wird zum Ablösen von Hornhautschwielen an Händen und Füßen sowie zur Entfernung von Hühneraugen und Warzen angewendet. Salicylsäure kann die Durchlässigkeit der Haut für andere lokal angewendete Arzneimittel verstärken. Die durch die Haut aufgenommene Salicylsäure kann unerwünschte Wirkungen, z.B. eine Blutzucker senkende Wirkung, verstärken.

7. Paraffinanwendungen

Vor der Anwendung wird ein hochwertiges Pflegeprodukt aufgetragen, das mithilfe von Wärme in den Zellmechanismus eingeschleust wird und dort seine Wirkung entfaltet. Paraffin hat eine hohe Wärmekapazität, ist stark isolierend, hat aber eine schlech-

te Wärmeleitfähigkeit. Die gespeicherte Wärmeenergie wird daher nur allmählich an den Körper abgegeben. Daher entstehen bei der Hautberührung keine Verbrennungen. Paraffinanwendungen zur Hornhautreduktion können durchaus auch für Diabetiker eingesetzt werden.

Folgerscheinungen

Wird die trockene Fußhaut nicht behandelt, können schwerwiegende Folgen auftreten.

Schwielen (Callositas)

Diese großflächigen Verhornungen sind hauptsächlich an den Zehengelenken, am Großzehenballen sowie am Fersenrand zu finden. Sie können sich bei unzureichender Pflege leicht zu schmerzhaften Hühneraugen oder Schrunden entwickeln. Je mehr die Haut verhornt, desto mehr verliert sie an Elastizität. Sie spannt und kann letztendlich schmerzhaft einreißen. Was ihr fehlt, ist die Kombination an Fett und Feuchtigkeit, um ihre alte Geschmeidigkeit wieder zu erlangen. Deshalb ist es wichtig, dass diese mit einem adäquaten Pflegeprodukt unterstützt wird. Ebenso wichtig sind bequemes Schuhwerk und Druckschutzpolster um den Fuß zu entlasten.

Schrunden bzw. Rhagaden sind nicht nur schmerzhaft, sondern stellen auch Eintrittspforten für Infektionserreger dar.



Hühneraugen (Clavi)

Die häufigste Ursache für Hühneraugen sind zu spitze, zu enge und zu kleine Schuhe. Das typische Merkmal eines Hühnerauges ist die kreisförmige Begrenzung, ebenso wie der tief reichende Dorn, der schlimmstenfalls auf die Nervenenden drücken und starke Schmerzen verursachen kann. Hierfür prädestinierte Bereiche sind die Fußsohlen, der Zehenzwischenbereich sowie die Zehengelenke.

Schrunden (Rhagaden)

Rhagaden sind lineare Einrisse in der Haut, die hauptsächlich am äußeren Fersenrand und an der Fußsohle zu finden sind. Werden diese – zunächst oberflächlichen Fersenrisse nicht behandelt, können daraus tiefe, teils sogar nässende und blutende Wunden entstehen, die eine langwierige Behandlung nach sich ziehen. Gerade für Diabetiker können die Risse verheerende Folgen haben! □



URSULA MARIA SCHNEIDER

Die Wellnessberaterin (IHK) und Entspannungstrainerin ist Inhaberin von „Drehpunkt Fuß“. Sie bietet u.a. Ausbildungen für Massagetechniken an und entwickelt Konzepte. Sie schreibt Fachartikel, berät Firmen und referiert auf Messen.