



# Ošetrovanie pacienta s DM v praxi odborného pedikéra-podológa

Zuzana Mayer (Myšíková Černá)

Odborný pedikér-podológ, lektor

Podológia ako študijný odbor na Slovensku do dnešného dňa neexistuje, ale označujú sa tak odborní pracovníci s pracovným zameraním na zdravotné ošetrovanie nechtov nôh a chodidiel, ktorí sa z vlastnej iniciatívy vzdelávajú a zúčastňujú seminárov, prednášok či školení podľa vlastného uváženia a rozširujú či dopĺňajú si svoje poznatky. Podológ-odborný pedikér ako pracovník bez medicínskeho/lekárskeho vzdelania nestanovuje diagnózu a ani nepredpisuje recepty či poukazy. Pri tomto druhu práce je vhodné mať úzku medziodborovú spoluprácu s diabetológom, kardiológom, dietológom, angiológom, chirurgom, kožným lekárom, ortopédom, fyzioterapeutom. Vytvoriť ale takú úzku spoluprácu je dosť náročné priam až nemožné.

## Rozdiel medzi pedikérom a pedikérom-podológom

### Individuálny prístup ku klientovi

Práca odborného pedikéra-podológa nespočíva iba v samotnom ošetrovaní chodidiel, ale hlavne v edukácii, motivácii a inštruktáži klienta.

Samotné ošetrovanie prebieha v piatich fázach (podľa Zuzany Mayer):

- V prvej fáze vykonávame tzv. vizuálne vyšetrenie, kedy sledujeme chôdzu a pohyb klienta, odľahčené a zatažené partie.
- V druhej fáze hodnotíme stav obuvi, opotrebovanie podrážky, podľa čoho sú jasné určité znaky nesprávneho nášľapu či odrazu pri chôdzi. Počas vyzúvania sledujeme výber ponožiek klienta.
- Tretia fáza ošetrovania je informatívna, kedy formou otázok zisťujeme anamnézu klienta a zaujíma sa o jeho životný štýl – t.j. druh práce, koníčky, športové aktivity – všetky položené otázky smerujú k získaniu čo najviac informácií o používaní a zatažení chodidla. Pokiaľ zakladáme kartu klienta, zapisujeme si aj kontakt na ošetrojúceho diabetológa.
- Štvrtá fáza je fáza samotného ošetrovania. Ošetrovanie chodidiel prebieha výlučne na sucho, teda bez úvodného kúpeľa nôh. Chodidlá prechádzajú dezinfekciou (dezinfekčný gél/dezinfekčný sprej určený na pokožku). Opracovanie chodidiel sa vykonáva za pomoci vysokootáčkového podologického prístroja s diamantovými alebo tvrdokovovými frézami. Všetky použité nástroje sú vysterilizované a na každého klienta sa používa jedna sada. Počas ošetrovania sa používa len jednorazový papierový materiál (obrásky, buničitá vata, gáza, dentálne valčeky, tampóny atď.).
- Piata, záverečná fáza celkového ošetrovania v našej praxi je Edukácia, motivácia a inštruktáž.

## 5 najčastejších problémov chodidla v praxi

Opakovane a denne sa stretávame s piatimi najčastejšími defektmi na chodidle:

- Zarastajúci necht.
- Chýbajúca časť nechtovej platničky.
- Praskliny – ragády.
- Mykotické ochorenie nechtovej platničky a chodidla.
- Výskyt kurieho oka či bradavice.

### Neinvasívne ošetrovanie zarastajúcich nechtov

Zarastené a zarastajúce nechtovej platničky či už z dôvodu nesprávneho strihania, narušenia nechtovej koreňa, napr. počas turistiky, pri úraze, po zakopnutí či zdeformovaní, riešime aplikáciou individuálnej drôtovej špony, ktorá sa vyrába a tvaruje priamo na mieste z dentálneho drôtu 0,4 alebo 0,5 mm – výber závisí od hrúbky nechtovej platničky a miery poškodenia. Špona sa uchyťava malými háčikmi po okrajoch nechtovej platničky a následne sa fixuje protetickým lepidlom. Dĺžka terapie je závislá od miery a druhu poškodenia nechtovej platničky. Úspešnosť terapie je 90%. V prípade potreby spolupracujeme hlavne s chirurgom pre prípad nutnosti vykonania čiastočnej ablácie alebo vykonania steru pri výskyte granulózneho tkaniva. Pri ktoromkoľvek ošetrovaní kladieme dôraz na stanovenie si spoločného cieľa s klientom s tým, že väčšiu zodpovednosť preberá samotný klient. Každé ošetrovanie prináša okamžitú úľavu, ale terapia pokračuje aj v domácom prostredí. Preto veľký dotaz kladieme práve na edukáciu. V prípade, že klient nami stanovené pravidlá neakceptuje, nemôžeme zaručiť úspešnosť.

### Chýbajúca časť nechtovej platničky

Pri chýbajúcej časti nechtovej platničky z dôvodu úrazu, prípadne zúženia voľného priestoru v oblasti nechtovej valcov po ablácii, vytvárame náhradu nechtovej platničky, tzv. funkčnú protetiku. Protetická náhrada sa robí z materiálu, ktorý je veľmi podobný zubným preparátom. Takúto protézu nosí klient buď dlhodobo – ak rast nechtovej platničky je už úplne pozastavený, alebo sa obmieňa podľa rastu a zmeny smeru nechtovej platničky.

### Ragády

U prasklín, ktoré sú veľmi hlboké a klient je pacientom s DM, žiadame urobiť ster a práve tu nechávame prvotné ošetrovanie, prípadne nasadenie liečby na chirurgovi. Ak je rana čistá, opracujeme ju za pomoci brúsnych klobúčikov, aplikujeme masť s obsahom Urea (10-27%), urobíme fóliový zábal a miesto výskytu odľahčíme haplou.

Takýto zábal si klient následne robí v domácom prostredí denne a v priebehu 14-21 dní sa dostaví na opätovné ošetrovanie a odstránenie hyperkeratóz. Po úplnom vyliečení a uzavretí praskliny starostlivosť prechádza hlavne do rúk klienta. Prejde edukáciou a poučením ako správne aplikovať produkty na chodidlo a ako ošetrovať pokožku nôh. V prípade záujmu je zaradený do databázy a chodí na kompletné ošetrovanie v dojednaných intervaloch.

# Počúvajte svoje



## Ureagamma®

**masť na starostlivosť o nohy  
s obsahom 10 % urey sa odporúča:**

- pri dennej starostlivosti o suchú, zhrubnutú a popraskanú pokožku nôh
- **pri starostlivosti o nohy u pacientov s diabetom mellitus**
- na chronický zápal kože (neurodermatitída)
- na nezápalové ochorenie charakterizované suchou kožou (ichtyóza)



**i** Neobsahuje žiadne parfumy, vonné ani konzervačné látky.

Kúpite v lekární.

Würwag Pharma GmbH & Co. KG, P. O. BOX 194, 830 00 Bratislava 3,  
tel. 02/44 88 99 20, info@woerwagpharma.sk, www.woerwagpharma.sk



[www.diabetik.sk](http://www.diabetik.sk)



### Mykotické ochorenia

Ako sme už uviedli, odborník bez lekárskeho vzdelania nemôže stanovovať diagnózu. Formy mykotických ochorení sú nám však veľmi známe, a preto pri výskyte takého ochorenia posielame klienta na ster ku kožnému lekárovi. Pri ľahšej forme, napr. mykotického ochorenia medziprstového priestoru, podáme klientovi informácie o možnosti zakúpiť si voľne predajný liek či masť v lekární. Rovnako odovzdávame informácie o zabezpečení domáceho priestoru tak, aby nedošlo k šíreniu ochorenia medzi rodinnými príslušníkmi. Mykotické nechty v našej praxi bežne ošetrujeme a vykonávame ich úpravu.

### Kurie oko verus bradavica

Pri deformácií chodidiel sú kurie oká bežným javom na miestach, kde je pokožka chodidla vystavená neustálemu tlaku topánky. Kurie oko sa dá jednoducho odstrániť krúžkovým nožom, ale riešime aj dôvod jeho opakovaného vzniku. Pri pravidelnom opracúvaní miesta výskytu hyperkeratózy a kurieho oka sa táto tvorba eliminuje, ale je vhodné, aby napr. pri padnutej priečnej klenbe bola upravená vložka do topánky, prípadne aby klient začal nosiť korekčný prvok. Pokiaľ ide o výskyt bradavice na chodidle, naša hranica končí pri opracovaní a odstránení hyperkeratózy, ktorá sa na bradavici nachádza. Následne klient prechádza do starostlivosti kožného lekára, ktorý určí spôsob jej odstránenia či už formou vypálenia dusíkom alebo aplikáciou roztoku. Záverečná fáza celkového ošetrovania v našej praxi je Edukácia, motivácia a inštruktáž. Opäť apelujeme na spoločne

stanovený cieľ, ktorým je zvýšenie komfortu chôdze. Práca odborného pedikéra je náročná fyzicky, psychicky, ale aj finančne. Podľa živnostenského zákona sa táto činnosť nijako neodlišuje a spadá pod „pedikúru“. V skutočnosti dnes natrafíme na suchú pedikúru, ktorá je označovaná aj ako prístrojová pedikúra alebo medicínálna pedikúra. Práve pomenovanie „medicínálna“ je veľmi chýlostivé, pretože sa tak označujú aj prevádzky, kde pracovník vykonávajúci službu starostlivosti o ľudské telo prešiel jedným 3-týždňovým akreditovaným kurzom Ministerstva školstva. Ďalšia kapitola je pedikúra estetická a pedikúra so zameraním na zdravotné ošetrovanie chodidiel. Je preto vhodné, aby sa klient vopred informoval skôr, ako si sadne do kresla, akú v skutočnosti pracovník pedikúru vykonáva a či je pre jeho chodidlá vhodná. Cena bežného ošetrovania sa pohybuje v rozmedzí 20-25 eur, pričom platba je realizovaná v plnej výške. Odborný pedikér nemá možnosť spolupráce so zdravotnou poisťovňou.

Na základe nedostatku informovanosti v starostlivosti o chodidlá bol v roku 2015 spustený projekt Zdravá noha. Cieľom projektu bolo šírenie osvedčenej formy edukačných besied a odborného poradenstva v oblasti starostlivosti o ľudské chodidlo, pod vedením odborných pedikérov a špecializovaných odborníkov so zameraním na zdravotné ošetrovanie nechtov nôh a plosky chodidla. Odvtedy sa konalo už približne 40 vzdelávacích akcií a edukačných besied na celom území Slovenska. V roku 2017 boli vybrané edukačné besedy podporované spoločnosťou Woerwag Pharma SK.



Obrázok 1 – Kazuistika 1 - a) pred ošetrením, b) ošetrovanie, osadenie špony, c) kontrola po 21 dňoch.



Obrázok 2 – Kazuistika 2 - a) nechťová platnička pred ošetrením, b) opracovaná platnička, c) aplikácia nechťovej protetiky.



**Obrázok 3** – Kazuistika 3 - a,b) aplikácia masti s obsahom 10% Urea, c) fóliový zábal.



**Obrázok 4** – Kazuistika 4 - a) narušená integrita kože - pred ošetrením, b) miesto po ošetrení, c) aplikácia aply na odlhčenie miesta výskytu defektu, d) úprava vložky v topánke na odlhčenie časti chodidla s defektom.



**Obrázok 5** – Kazuistika 5 - veľmi časté mykotické ochorenie v medzi prstovom priestore.



**Obrázok 7** – Kurie oko - výskyt v priestore medzi prstami s neustále vyvíjaným tlakom.



**Obrázok 6** – Kazuistika 6 - a) mykotické ochorenie v podnechtovej časti, b) ošetrenie nechtovej platničky a osadenie individuálnej špony, c) výsledok po 10-tich mesiacoch pri pravidelnom ošetrovaní v 4-týždňových intervaloch.