



## DIABETIČNA PEDIKURA

Sladkorna bolezen, poznana tudi kot diabetes, je ena izmed neprijetnih kroničnih bolezni.

Glavna značilnost za pojav te bolezni je, da postopoma pride do previsoke koncentracije glukoze v krvi. To lahko s časoma privede do številnih neželenih stanj in obolenj, med drugim tudi težav s stopali. Zato je redna skrb za stopala ključnega pomena. Sami lahko za stopala poskrbite tako, da si jih vsakodnevno pregledujete, nosite primerna obuvala in da redno obiskujete pedikuro, ki poskrbi, da vaša stopala ostajajo kar se da zdrava, urejena in brez bolečin.

Pomembno je vedeti, da vsak bolnik s sladkorno boleznijo še nima diabetičnega stopala.

Diabetično stopalo se običajno pojavlja nekaj desetletij po odkritju bolezni in je kompleks različnih okvar v telesu. Glavne značilnosti diabetičnega stopala so pojav nevropatije, ishemije, deformacija stopala ter omejena gibljivost sklepov.

Glavni razlogi, zakaj naj bi svoja stopala zaupali usposobljeni pedikerki, so naslednji:

- Pedikura prispeva k zdravljenju sladkorne bolezni, saj je pri sladkorni bolezni izredno pomembna pravilna nega stopal.
- Masaža stopal pripomore k povečanju absorpcije inzulina v telesu.
- Pedikura lahko izboljša krvni obtok, kar vodi do zmanjšanja neželenih učinkov, ki se razvijejo zaradi sladkorne bolezni, kot je otrdelost arterij. izboljšanje krvnega obtoka lahko pomaga celicam v telesu zagotoviti več hranil in kisika.
- Pedikura pomaga preprečiti okužbo stopal in bolezni nohtov. Kadar je raven sladkorja visoka, je zdravljenje okužb še bolj upočasnjena.
- Pomaga odstraniti odmrlo in trdo kožo ter s tem zmanjša možnost okužbe stopal. Dosledno odstranjevanje zadebeljene kože zmanjša pritisk na mehke dele pod njo, kjer je lahko mesto za propad tkiva in nastanek razjede.
- Zmanjšuje stres in napetost.
- Preprečuje nekatere zaplete na stopalih. Pogoste težave nog sladkornih bolnikov so razjede na stopalih, suha koža, mehurji, vraščeni in glivični nohti.
- Profesionalna pedikura lahko pomaga preprečiti amputacijo, ki se lahko pri sladkornih bolnikih pojavi kot posledica zapletov nepravilno oskrbovanega stopala in nohtov. Pedikura se mora opravljati v visoko higienskih, pedikuri prilagojenih prostorih.
- Pri sladkornih bolnikih se morajo uporabljati posebno oblikovane sterilne instrumente in brusne nastavke, ki zmanjšajo tveganje za ureznine in poškodbe.
- Pomaga pri sanaciji glivičnih nohtov. Sama produktivna sanacija glivičnih nohtov temelji na pravilno odstranjevanje propadlega dela glivičnega nohta pri kozmetičarki, ter dosledno upoštevanje zdravljenja z antimikotiki tudi doma. Oseba z glivičnimi nohti se mora zavedati pomembnosti profesionalne redne pedikerske nege glivičnih nohtov, ter nadalje samostojne nege doma po navodilih kozmetičarke. Posebej pomembno je, da se stranka zaveda, da gre pri saniranju glivičnih okužb za dolgotrajen proces, ki lahko traja tudi več kot leto dni.

Za profesionalno diabetično pedikuro, s katero boste korak bližje nemotenemu, dolgemu in zdravemu življenju ste vabljeni na Inštitut za fizioterapijo in rehabilitacijo, d.o.o. na Rozmanovi ulici 18. Naročanje na 07 393 00 33 ali na [narocanje@uni-nm.si](mailto:narocanje@uni-nm.si)