

Med. Fußpflegerin  
**Katrin Schmidt**  
staatl. geprüfte Podologin



*Fußpflege bei Ihnen zu Hause!*

*Für Jederman, Diabetiker, Bluter und Psoriasispatienten*

**... und wie geht es Ihren Füßen?**

Schenken auch Sie Ihren Füßen etwas Aufmerksamkeit, denn es sind Ihre Füße, die Sie ein Leben lang tragen sollen.

## Zu meiner Person

Mit 32 Jahren entschloss ich mich zu einer Umschulung im medizinischen Bereich. Nach mehreren Informationsgesprächen in verschiedenen Fachschulen, begeisterte ich mich gleich für die medizinische Fußpflege, die Podologie.

Mein Wunsch, Podologin zu werden ging in Erfüllung.

Nach einer zweijährigen Fachschulausbildung zur Podologin, erwarb ich im September 2004 den staatlich anerkannten Abschluss.

In einer Hautarztpraxis, im Krankenhaus Orthopädische Station und einer kosmetischen Fußpflege sammelte ich erste praktische Erfahrungen und stellte Vergleiche an. Hierbei konnte ich meine Kenntnisse anwenden und erweitern. Meine Vorstellungen über die Tätigkeit eines Podologen bestätigten sich und somit auch der Wunsch diesen Beruf auszuüben.

Praktische Erfahrungen in Hautarztpraxis, Krankenhaus und kosmetischer Fußpflege erworben.

Zunächst begann ich als mobile Fußpflegerin und besuchte meine Patienten zu Hause. Nun freue ich mich, ihnen auch meine Dienste in meiner Privatpraxis anbieten zu können.

Sollten Sie den Wunsch nach einer fachgerechten Beratung, Behandlung und Betreuung haben, dann freue ich mich auf Ihren Besuch oder einen Besuch in Ihrem Hause. Damit Sie möglichst schnell mit mir in Kontakt treten können, habe ich Ihnen am Schluss die notwendigen Daten aufgeschrieben. Gerne können Sie sich auch ein Visitenkarte mitnehmen.

Sie erhalten kompetente Beratung, Behandlung und Betreuung.

Auf den folgenden Seiten stelle ich Ihnen das Berufsbild des Podologen vor. Sie erfahren was ein Podologe für Ihr Wohlbefinden tun kann und erhalten Tipps zur Fußpflege.

Das Berufsbild des Podologen.

Überzeugen Sie sich von meiner Dienstleistung und Sie werden den kleinen aber feinen Unterschied zwischen kosmetischer und medizinischer Fußpflege kennen und schätzen lernen.

Gesunde Füße und schmerzfreie Mobilität.

Ihre

## Berufsanfänge der Podologie

Bereits Hippokrates (ca. 400 v. Chr.) hat sich laut schriftlicher Überlieferung mit dem Fußübel der Hornhaut beschäftigt. In der mittelalterlichen Badestube liegt der Ursprung des medizinischen Fußpflegers. Daher gehörte zum Berufsbild des Baders, neben seiner Tätigkeit als Friseur und Dentist, auch die Behandlung von Haut- und Nagelveränderungen am Fuß. So ergab es sich mitweilen, dass bei einem Besuch beim Bader vorerst der schmerzende Zahn und dann das Fußproblem behandelt wurde.

Ca. 400 v. Chr. beschäftigte man sich mit dem Fußübel der Hornhaut.

Im Laufe der Zeit entwickelten sich aus dem Beruf des Baders einzelne Fach- und Dienstleistungsberufe unter anderem der des Fußpflegers.

Aus dem Beruf des Baders entstand der Beruf des Fußpflegers

## Was bedeutet Podologie?

Die Podologie beschreibt die Lehre vom Fuß. Der Podologe ist ein nichtärztlicher Heilberuf. Sein Tätigkeitsfeld ist vielseitig und erfordert eine solide Ausbildung. In Zusammenarbeit mit Dermatologen, Diabetologen, Hausarzt, Physiotherapeuten und Orthopädienschuhmachern kann eine erfolgreiche Therapie durchgeführt werden. Diese Spezialisten beschäftigen sich je nach Fachgebiet u.a. mit Stoffwechselerkrankungen, Durchblutungsstörungen, Hautveränderungen, Nagelveränderungen und Fußfehlstellungen.

Die Podologie beschreibt die Lehre vom Fuß. Der Podologe arbeitet eng mit anderen Spezialisten zusammen.

Ein Podologe erkennt pathologische Veränderungen am Fuß, welche ärztlicher Behandlung bedarf. Eine entscheidende Rolle spielt der Podologe auch bei der Behandlung von diabetischen Füßen, was viele nachweisbare Therapieerfolge beweisen.

Eine entscheidende Rolle spielt der Podologe bei der Behandlung von diabetischen Füßen.

Podologen arbeiten als Dienstleister selbständig in der eigenen Praxis, als freier Mitarbeiter in Gemeinschaftspraxen, als Angestellter in Krankenhäusern oder speziellen Fußambulanzen.

## Tätigkeitsfelder des Podologen

- Fachgerechtes Schneiden der Nägel
- Behandlung eingerollter, verdickter, gespaltener oder durch Pilz befallener Nägel
- Behandlung eingewachsener Nägel (auch entzündlich)
- Anfertigung spezieller Nagelspangen aus Metall oder Plastik
- Vorbeugende Maßnahmen gegen einwachsende Nägel
- Künstlicher Nagelersatz bei Nagelverlust oder Nagelspaltung
- Anfertigung von langlebigen Druckentlastungen

Gesunde Füße sind der Erfolg einer richtigen und fachgerechten Behandlung.

- Druck- und Reibungsschutz zur Entlastung schmerzhafter Stellen
- Abtragen von übermäßiger oder störender Hornhaut oder Hornhautschwielen
- Fachgerechte Behandlung von Rhagaden (Hauteinrisse meist an der Ferse)
- Fachgerechte Behandlung von Hühneraugen (auch entzündlich)
- Fachgerechtes Entfernen von Warzen (chemisch oder pflanzlich)
- Erkennen von pathologischen Veränderungen der Haut, des Nagels und Fußfehlstellung
- Fuß- und Unterschenkelmassagen
- Allgemeine und individuelle Beratung

Die Behandlungsmöglichkeiten sind vielseitig.

## Wer kann von einem Podologen behandelt werden?

Schon bereits im Kindesalter kann die Notwendigkeit einer medizinischen oder kosmetischen Fußpflege bestehen. Besonders empfehlenswert ist der Besuch eines Podologen für Diabetiker, Bluter und Personen, die an Rheuma, Gicht oder Schuppenflechte leiden.

Es gibt kein bestimmtes Alter um sich vom Podologen beraten, behandeln und betreuen zu lassen.

## Wann ist es ratsam die Hilfe eines Podologen in Anspruch zu nehmen?

Je früher man seinen Füßen ein individuelles Wohlfühlprogramm verordnet, desto größer ist die Chance sich lange Ihrer Mobilität zu erfreuen. Eine fachgerechte Beratung, Behandlung und Betreuung bedeutet:

Eine fachgerechte Behandlung durch den Podologen sorgt für Ihr Wohlbefinden und unterstützt den Heilungsprozess.

- Wohlbefinden
- Haut- und Nagelveränderungen werden frühzeitig erkannt und können behandelt werden
- Krankhafte Veränderungen der Fußform kann erkannt und zur weiteren Behandlung an den Facharzt weitergeleitet werden
- Durchführung vorbeugender Maßnahmen gegen einwachsende Nägel
- Vorbeugende Maßnahmen gegen Druckstellen und dadurch entstehende Hühneraugen
- Beratung zur richtigen Pflege
- Beratung zur Vermeidung von Folgeschäden

## Was kostet eine Behandlung beim Podologen

Die Preise richten sich nach Aufwand, Anwendungsmittel und wiederkehrende Behandlungen. Eine Grundbehandlung kostet z.B. 15,00 Euro.

Ihre Füße sollten es Ihnen Wert sein.

## Tipps zur Fußpflege

- Regelmäßige Fußpflege ist die Streicheleinheit für Ihre gestressten Füße.
- Ein Fußbad entspannt, reinigt und pflegt zu gleich. Die Wassertemperatur sollte maximal 37 °C betragen und nicht länger als fünf Minuten andauern, da die Haut zu stark beansprucht und durch die Erweichung empfindlicher für Verletzungen und Infektionen wird.
- Zum Baden ist die Verwendung von pH- neutraler Seife ratsam.
- Nach dem Baden sollten Sie die Füße mit einem weichen Handtuch abtrocknen (auch zwischen den Zehen). Feuchte Zehenzwischenräume sollten nach dem Waschen und im allgemeinen vermieden werden.
- Zum Abschluss können Sie Ihre Füße noch mit einer feuchtigkeitsspendenden Creme massieren. Das fördert die Durchblutung und pflegt die Haut.
- Keine stark rückfettende Creme verwenden, sie verschließt die Poren und führt zu stark austrocknender Haut. Die Folge zu trockener Haut sind Einrisse der Haut meist an der Ferse (schmerzhaft). Fußnägel sollten Sie nur mit der Nagelpfeile kürzen. Eine Verwendung von spitzen und scharfen Gegenständen z.B. Schere, Messer oder gar Rasierklinge kann ganz schnell zu Verletzungen führen. Unbemerkt Stich- und Schnittverletzungen können fatale Folgen haben.
- Bemerken Sie eingewachsene Nägel, dann sollten Sie diese auf keinen Fall versuchen selbst zu behandeln. Bitte konsultieren Sie umgehend einen Arzt oder Qualifizierten Fußpfleger.
- Sind Sie aus gesundheitlichen Gründen selbst nicht in der Lage, Ihre Fußpflege selbst durch zu führen, dann sollten Sie sich von Ihren Angehörigen oder einer anderen vertrauenswürdigen Person dabei helfen lassen.
- Halten Sie Ihre Füße warm und trocken. Benutzen sie dafür aber keine Wärmflasche oder gar ein Heizkissen. Hier besteht die Gefahr von Verbrennungen. Ziehen Sie lieber Woll- oder Baumwollstrümpfe an.
- Angemessene Fußgymnastik oder Wechselduschen (max. 37 °C) fördern die Durchblutung und somit die Wärmefunktion.
- Stellen Sie Haut- oder Nagelveränderungen, Hühneraugen oder Warzen an Ihren Füßen fest, dann sollten Sie lieber einen Arzt oder Podologen aufsuchen. Keine Hühneraugenpflaster u.ä. verwenden, denn diese Mittel wirken ätzend und können somit die Haut schädigen.

Fachgerechte Fußpflege = Streicheleinheiten für Ihre Füße.

Zum Fußbad pH- neutrale Seife verwenden und die Wassertemperatur messen.

Nach dem Trocknen eine feuchtigkeitsspendende Creme benutzen.

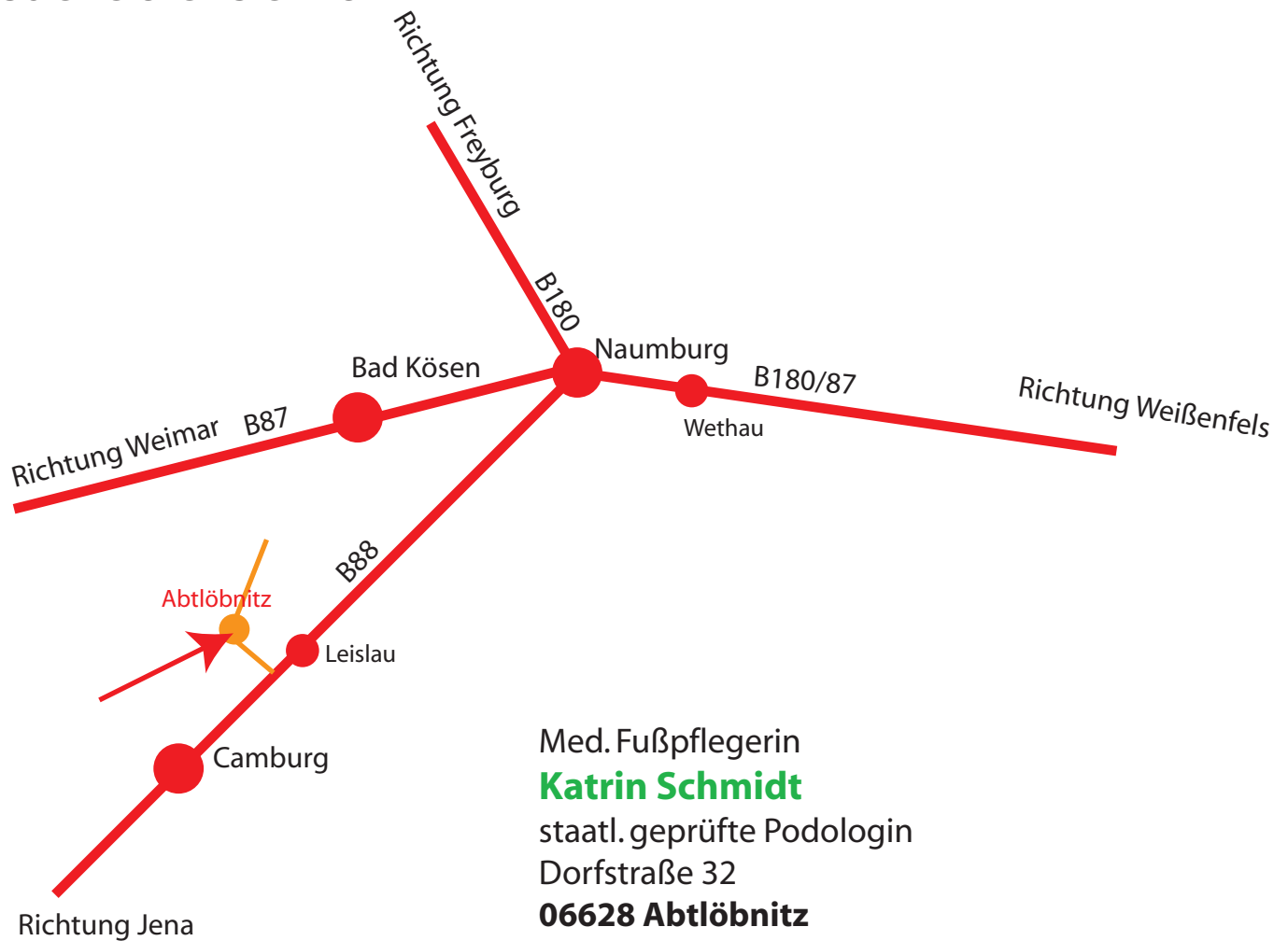
Nägel mit Hilfe der Nagelpfeile kürzen, keine scharfen Gegenstände verwenden.

Tägliche Kontrolle z.B. der Fußsohle ist wichtig.

Jede Unebenheit kann Druckstellen an den Füßen verursachen.

Hühneraugen und Warzen nicht versuchen selbst zu entfernen, wenden Sie sich an Ihren Arzt oder Podologen.

## So erreichen Sie mich



Für Fragen und für Terminvereinbarungen stehe ich Ihnen gern zur Verfügung. Sie erreichen mich täglich ab 19:00 Uhr unter:

Telefon: 034466 21015

oder

Funk: 0173 5989774

Sollten Sie mich einmal nicht beim ersten Mal erreichen, dann bitte ich Sie es zu einem späteren Zeitpunkt erneut zu versuchen.

Auf dem beiliegenden Karton befinden sich ablösbare Visitenkarten. Auf diesen Visitenkarten finden Sie sowohl meine Anschrift als auch meine beiden Telefonnummern.

Mit freundlichen Grüßen