





# Трещины на стопе – не только эстетическая проблема

По степени поражения (глубине) трещины подразделяют на эпидермальные, затрагивающие верхний слой кожи – эпидермис и эпидермально-дермальные, идущие глубже и затрагивающие дерму.

## Елена ЛАСТОЧКИНА,

практикующий мастер маникюра и педикюра,  
преподаватель НОУ «Учебный центр Академия Красоты»,  
тренер компании «ГеоСмарт» по технологии INKI

**Э**пидермальные трещины, как правило, не доставляют больших проблем. Обращаться и лечить их проще. А вот эпидермально-дермальные трещины – это серьезная проблема. Эти трещины очень болезненны и нередко кровоточат. Если вовремя не предпринять меры, то разрывы могут увеличиваться. При несоблюдении гигиены и отсутствии должного ухода возможны воспалительные процессы, а при сахарном диабете – гангрена. Такие трещины очень долго заживают, так как ороговевший кожный слой толстый, он получает минимум питания и подвергается постоянной нагрузке, усугубляющей положение.

Трещины могут возникать как при тонкой обезвоженной, так и при плотной не эластичной коже, при натоптышах и гиперкератозах. Места появления трещин разнообразны: пятки, между и под пальцами, на пальцах с подошвенной и тыльной стороны, вокруг ногтей.

Причины возникновения трещин различные: сахарный диабет, нарушение кровообращения, грибок кожи и ногтей, открытая или очень тесная обувь, частое использование агрессивных средств для размягчения ороговевшего слоя кожи, глубокое удаление ороговевшего слоя кожи. Это может быть сезонной или возрастной проблемой.

Вы можете не знать истинных причин гиперкератоза и выраженных трещин на коже стопы пациент, но при разумном подходе вы в силах оказать ему реаль-

ную помощь. При наличии глубоких трещин рекомендуется проводить медицинский педикюр с интервалом в 2–3 недели и до полного заживления обязательно дополнять его домашним лечением.

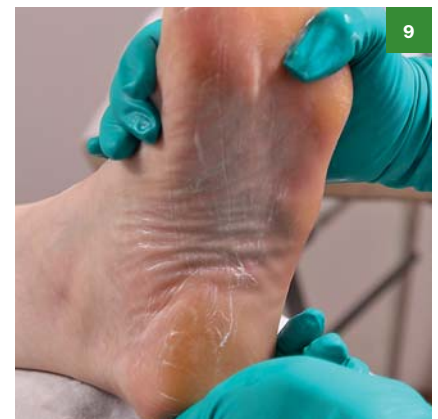
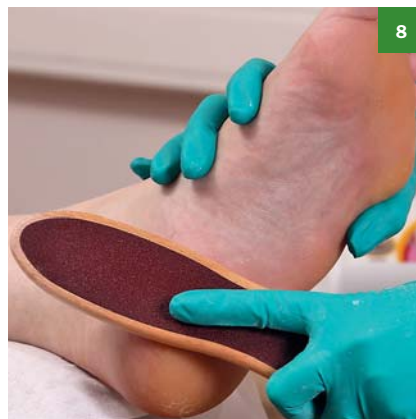
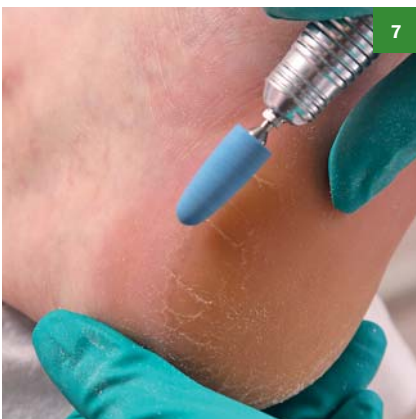
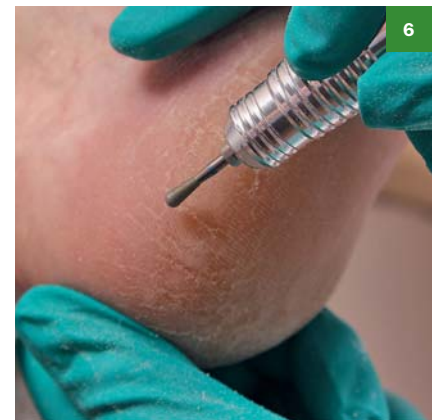
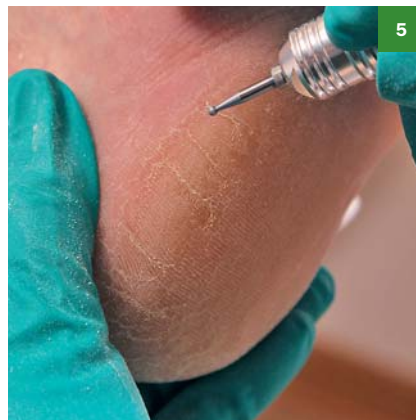
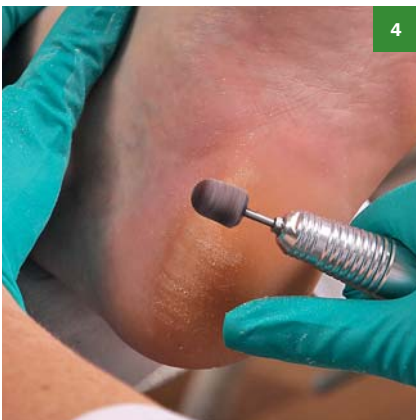
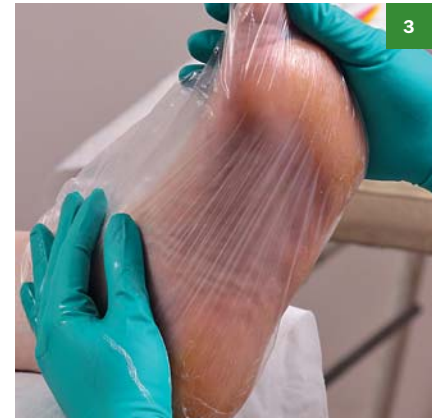
Для такого пациента недопустимо использование размягчителей кожи с содержанием щелочей, кислот и других агрессивно действующих веществ, не рекомендуется использование горячих ванн и наполнителей, содержащих агрессивные вещества. В противном случае вы только усугубите ситуацию.

Правильная инструментальная обработка кератоза и краев трещин, а так же грамотно подобранные средства для проведения процедуры и для домашнего ухода помогут предотвратить дальнейшее развитие трещин, восстановить нормальное функционирование кожи, вернуть ей гладкость, эластичность и прочность.

В данном случае мастер выбрал смешанную технику – использование аппарата для педикюра и ручную обработку. Для повышения эффективности процедуры и последующего ухода выбраны профессиональные органические препараты компании INKI, зарекомендовавшие себя как очень эффективные и безопасные средства для комфортного проведения процедуры и для восстановления нормального функционирования кожи.

1. Гигиеническая ванночка для ног (по желанию). В воду (33–36 °С) добавляем 7–10 капель концентрата гель-ванна.



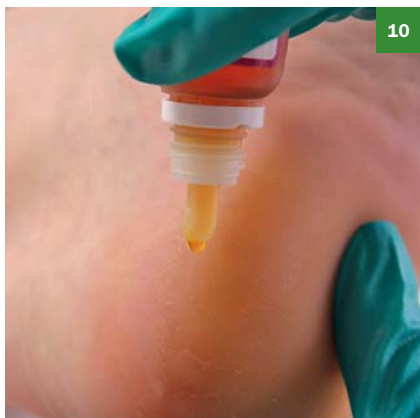


Этот препарат не содержит агрессивные ингредиенты. В его состав входят сурфактант мягкого действия, глицерин и гипоаллергенная отдушка, что дает легкий смягчающий, обеззараживающий и дезодорирующий эффект.

2. Обязательно наносим на ступни антисептический лосьон, он защищает пациента и мастера сразу по трем направлениям: вирусы, бактерии, грибки (**фото 1**).  
3. Для быстрого размягчения и безболезненного удаления ороговевшего слоя

кожи используем увлажняющий педикюрный пилинг (**2**), построенный на карбамиде и имеющий pH=7. Пилинг не вызывает жжения, не раздражает рану, не вредит живым тканям. Высокая концентрация карбамида (55%) позволяет работать бы-

## Бактерии и вирусы, с которыми кожа легко справляется в нормальном состоянии, при повреждениях могут быть очень опасны и мешать заживлению

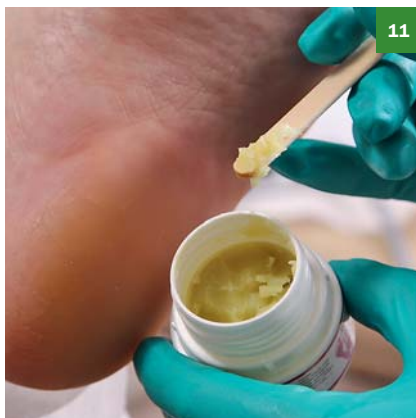


стро, а проникновение остатков средства глубоко в кожу, повысит ее увлажненность, поднимет иммунитет и ускорит процесс регенерации и заживления.

Если ороговевший слой слишком толстый, для повышения эффективности пилинга можно обернуть ступню пленкой (3) и укрыть полотенцем на 5–10 минут. Препарат абсолютно безопасен для кожи – можно не бояться передержать его. 4. Приступаем к обработке кератоза на поверхности стопы аппаратом. С помощью резиновой основы, диаметром 10 мм и сменного песочного колпачка (абразивность 100 gritт) убираем основной ороговевший слой кожи (4). Скорость вращения 13–15 тысяч оборотов. Для обработки краев трещины используем игловидную фиссурную или алмазную бутоновидную фрезу. Скорость вращения до 25 тысяч оборотов. Затем края трещины шлифуем шаровидным бором или алмазным усеченным конусом (5, 6). Скорость вращения до 25 тысяч оборотов. Абразивность фрез зависит от состояния кожи.

Окончательную шлифовку производим силикон-карбидной насадкой (7). Если нет насадки для окончательной шлифовки стопы, то можно доработать мелкоабразивной пилкой по латеральным линиям (8), предварительно можно снова нанести пилинг.

**Важно!** Не старайтесь убрать весь кератоз сразу. Ответная реакция организма,



которая имеет нервно-гуморальный механизм регулирования, приведет к активации защитных функций, и ороговевший слой будет нарастать еще активнее.

5. Ополаскиваем ступню или протираем салфеткой, смоченной чистой водой.

6. Проводим повторную антисептику защитным лосьоном. Те бактерии и вирусы, с которыми кожа легко справляется в нормальном состоянии, при повреждениях могут быть очень опасны и мешать заживлению.

7. Заживление раны зависит от глубины площади повреждения, состояния иммунитета кожи и от того, как протекает микроциркуляция в сосудистом русле, есть ли инфицирование. Для того чтобы залатать поврежденный участок и нормализовать функционирование нужны специальные строительные материалы. Поэтому используем регенерирующий гель, который благодаря своей структуре и активному комплексу натуральных ингредиентов, глубоко проникает в кожу

(9). Входящий в его состав запатентованный препарат растительного происхождения Экдис – уникальный источник усиления активности кератиноцитов.

8. Для заживления, обезболивания и запечатывания глубоких трещин капнем в каждую трещину 1–3 капли прополисного геля с Экдисом. Гель как жидкий лечебный пластырь заклеивает рану, в результате чего она затягивается (10).

Для более мелких трещин и сухих участков кожи используем регенерирующий биовоск, так же имеющий в своем составе прополис и Экдис (11). Он смягчает, питает и защищает кожу, запечатывает трещины, оказывает антисептическое действие.

9. Обязательно назначаем домашний уход и дату следующей процедуры. Лечение кератоза, трещин занимает длительное время (12).

Для домашнего ухода предлагаем пациенту до полного исчезновения трещин и нормализации кожного покрова ежедневное использование регенерирующего геля и биовоска.

Данная процедура активизирует процессы, которые отвечают за обновление тканей. Чтобы заживление произошло быстрее, желательно, исключить воздействие внешних раздражающих факторов (ношение синтетических носков, неудобной обуви, а также продолжительную физическую нагрузку), необходима декомпрессия на место трещины.

**Фото: Стас КОЗЫРЕВ**

