

Maart 2011

### **Bedankt !**

Steeds meer cliënten zien uit naar de nieuwe nieuwsbrief. Graag bedank ik iedereen voor de positieve reacties.

### **Mooie zomervoeten?**

Wilt u mooie voeten deze zomer? Dan is het het belangrijk dat u nu al begint met goede verzorging.

### **Eelt (Hyperkeratosis)**

Eelt ontstaat door overmatige druk en wrijving. In feite wordt eelt gevormd als reactie van de huid. Als een soort verdedigingsmechanisme ontstaat een natuurlijke huidlaagverdikking. Door wrijving worden de zenuwuiteinden voortdurend geprikkeld. Dit zorgt voor een verhoogde bloedtoevoer, met een versnelde celopbouw als gevolg. Hier spreekt men van fysiologische eelt. Eelt is enkel storend indien dit pathologische eelt is (=hyperkeratose). Door verdikking van de eeltlaag wordt de papilaire huidlaag dichtgedrukt. De cellen missen de nodige voedingsstoffen en verhoornen sneller. Ze kunnen niet in dezelfde mate afschilferen. Deze eeltlaag kan met de lederhuid samengroeien. Dit kan pijnlijk zijn en branderig aanvoelen. Het is deze eeltlaag die uw pedicure / voetverzorgster zal verwijderen totdat de opperhuid weer beweeglijk wordt. De fysiologische eeltlaag zal ze gedeeltelijk aanwezig laten. Deze is noodzakelijk als bescherming.

### **Mogelijke oorzaken**

- Onaangepast schoeisel
- Teen-of voetafwijking
- Druk van binnenuit: overgewicht, doorzakking voorvoet, hielspoor
- Magere voeten
- Aftakeling van het bloedvatensysteem

Soms kan eelt kloven en barsten gaan vertonen. Vaak treedt dit op aan de hiel en is het erg pijnlijk. Deze kloven kunnen zelfs gaan bloeden en ontsteken. De oorzaak is dat het eelt erg droog is. Vooral bij het lopen op blote voeten en 's zomers is het eelt droger en treden kloven gemakkelijker op.

### **Behandeling:**

De eeltlaag kan vakkundig door uw pedicure / voetverzorgster weggehaald worden.

Te veel eelt weghalen is schadelijk en zal meer aangroei veroorzaken. u kan zelf na een heet bad met een puimsteen de verweekte eeltlaag wegschuren. Op deze manier kan je meestal zelf hyperkeratose voorkomen.

Belangrijk is het nabehandelen met zalf. Een open kloof kan door uw pedicure / voetverzorgster worden behandeld en verbonden. Een kloof die niet open is kan worden behandeld met een goede eeltcrème.



### **Aanbieding van de maand**

Deze maand:

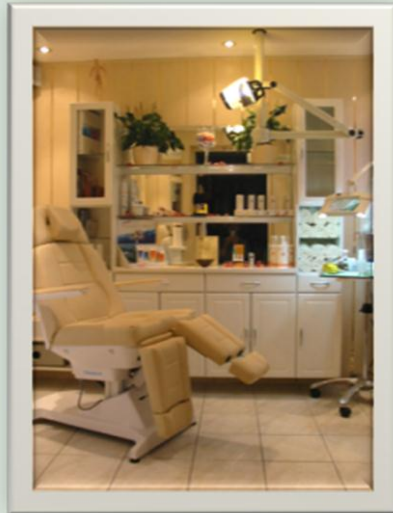
Een **gratis voetvijl** bij aankoop van een tube zalf.



€ 8,50

### **Wist U ....**

- dat uw zorgverzekering diabetische en reumatische behandelingen vaak geheel of gedeeltelijk vergoed.
- dat de praktijk prima met de bus te bereiken is.
- dat u bij Margo meer dan alleen een standaard behandeling mogelijk is.



### **Inhoud**

- Bedankt
- Mooie zomervoeten
- Eelt
- Aanbieding van de maand
- Wist U ....