

In de 8^e uitgave 2024 van dit vakboek is toegevoegd onder:

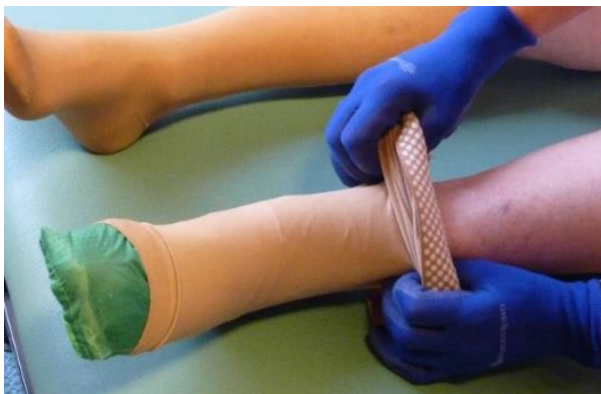
HOOFDSTUK 7. (Is geen eindterm.)

HET AAN- EN UITTREKKEN VAN TEK-KOUSEN

Elastische kousen aan- en uittrekken is voor zowel de cliënt als de zorgverlener een fysieke belasting. Het aan- en uittrekken van elastische kousen bij de cliënt is een klus waar menig voetzorgverlener dan ook tegenop ziet. In overleg met uw cliënt kan worden besloten om de kousen op een later tijdstip aan te trekken. Het is belangrijk dat de voetzorgverlener de kousen altijd uittrekt tijdens een behandeling. Het terugslaan van de kous verhoogt lokaal de druk en er ontstaat te veel druk op de enkel. Elastische kousen met een open teen kunt u in overleg met de cliënt, voor de behandeling ook terugrollen of schuiven waardoor alleen de behandeling van de nagels en voorvoet kan plaatsvinden. Kijk eerst even of er verder onder de voet en bij de hak geen bijzonderheden te zien zijn. U dient de behandeling van voorvoet en nagels correct en snel uit te voeren, want dubbele druk moet immers zoveel mogelijk worden vermeden. Werkt u met de nattechniek dan dient u de kous vanzelfsprekend tegen het vocht te beschermen.



Het is belangrijk om te weten waarom uw cliënt therapeutische elastische kousen draagt en hoe deze moeten worden aan- en uitgetrokken. Misschien kan dit klassikaal geoefend worden. Op You Tube zijn meerdere filmpjes te vinden over het aan- en uittrekken van TEK-kousen met verschillende hulpmiddelen. Er is keus uit diverse hulpmiddelen zoals Handylags, Dolf n Donner, Helpsoq of Medi Burler. Het is handig om zelf als hulpmiddel een "glijzak", zoals de van vliegerstof gemaakte Easy slide, in de praktijk te hebben, waarmee u de kous gemakkelijker weer aan kan doen. De langere versie van de Olslide werkt ook goed. De materialen hiervan zijn glad en gemakkelijk door u te reinigen.



De beste houding voor u is tegenover uw cliënt te gaan zitten. Voor de houding van het been is het beste de beensteun te kantelen, zodat de knie van uw cliënt comfortabel ligt. Trek voor meer grip bij het aantrekken van de kous de bijbehorende handschoenen aan of gebruik latex huishoudhandschoenen. (Zie voorbeeld foto's op pag. 78.)

1. Schuif de Easy-slide over het been totdat deze niet meer verder kan.
2. Neem de kous en schuif deze over de Easy-slide totdat u weerstand voelt.
3. Duw nu de kous zonder kracht verder naar de knie toe. Door de ribbels of latex in uw handschoenen gaat dit erg gemakkelijk.
4. Leg nu uw hand tegen de hiel om zo de kous tegen te houden en trek aan de lus om de Easy-slide te verwijderen. De kniekous zit nu goed.
5. Indien van toepassing kan nu de bovenbeenkous tot over de knie aangetrokken worden door eventueel naast uw cliënt te gaan staan.

-Wat ging er fout?

Bij het aantrekken en dragen van elastische kousen kan het een en ander verkeerd gaan. Waar let u op?

- Zijn de kousen goed aangetrokken?
- Sluit de hiel goed aan?
- Zit de kous recht of gedraaid?
- Ziet u plooien in de kous? Plooien veroorzaken dubbele druk!
- Is de kous ver genoeg over de tenen aangetrokken? (Zie voorbeeld op pag. 77).
- Ziet u plooien in de knieholte bij een bovenbeenkous? Dit geeft dubbele druk en kan zelfs erg pijnlijk zijn.

-Opmerking

Na een voetbehandeling kunt u deze beter **niet afsluiten** met een **vette crème** omdat dit de elasticiteit van de kous aantast. Het huidverzorgingsproduct trekt in de kous en dat is niet goed voor het weefsel. Gebruik een speciaal huidverzorgingsproduct dat heel snel intrekt en niet vet is of geef het product liever mee. Elastische kousen gemaakt van kunststof (rondbreikousen) kunnen wel tegen crèmes.

Het aanmeten van therapeutische compressiekousen kan een mooie toevoeging zijn voor uw praktijk. Een aanvullende opleiding hiervoor kan gevolgd worden via verschillende opleiders.

Hoofdstuk 8. (Is geen eindterm.)

Aanvulling bij cosmetica de kennis van ingrediënten in cosmeticaproducten.

-Ingrediënten in cosmeticaproducten

Het doel van huidverzorgende producten is de natuurlijke huidfuncties te ondersteunen met de juiste ingrediënten. Actieve ingrediënten of werkstoffen dienen de huid te helpen bij het uitvoeren van hun functies zoals het opbouwen van de natuurlijke huidbarrière, vasthouden van vocht, bescherming bieden, het bieden van weerstand en ondersteuning bij vernieuwing. Hulpstoffen zoals emulgatoren, stabilisatoren, verdickers, conserveringsmiddelen, emoliënten, surfactanten en geurstoffen, zorgen ervoor dat een product lang goed blijft en prettig is in gebruik. Hulpstoffen doen in principe dus niets voor de huid.

Als u een beetje kennis bezit van de belangrijkste hulpstoffen, dan kunt u kritisch kiezen welke producten u wilt gebruiken en/of adviseren. Wij zullen hieronder de belangrijkste hulpstoffen met u bespreken. Wilt u meer weten? Ga dan naar de website van de Nederlandse Cosmetica Vereniging/www.ncv-cosmetica.nl/cosmetica/samenstelling-en-ingredienten.

-Emulgatoren

Een emulgator zorgt er voor dat water en olie zich met elkaar mengen. Zij vormen zo een bruggetje tussen water en vetten. Als het watergedeelte groter is, ontstaat een olie-in-water emulsie, zoals bijvoorbeeld een milk. Als het vetgedeelte groter is, ontstaat er een water-in-olie emulsie, zoals bijvoorbeeld een vette crème. Bekende emulgatoren zijn: Lysolecithine, glyceryl monostearaat, Polysorbaat 20. Andere milde emulgatoren zijn: Sucrose laurate, cetearyl glucoside en Inulin lauryl carbamate. sodium cetearyl sulfate is een voorbeeld van een agressieve emulgator.

-Surfactanten

Surfactanten, ook wel detergenten genoemd, zijn stoffen in cosmetica die de oppervlaktespanning van een vloeistof vertragen. Surfactanten zitten in vloeibare zepen, douchegels en shampoo en de moleculen hebben een water- en vetoplosbaar uiteinde. De vetoplosbare uiteinden kunnen zich hechten aan het vetlaagje op de huid. De wateroplosbare deeltjes zorgen ervoor dat ze in water oplossen. Surfactanten/detergenten kunnen de huid uitdrogen omdat ze het beschermende vetlaagje van de huid verwijderen. Milde surfactanten zijn: cocoyl glucoside, decyl glucoside, sodium lauroyl sarcosinate en sodium cocoyl glutamate.

-Stabilisatoren

Dit zijn stoffen die aan onstabiele stoffen of mengsels worden toegevoegd. Cosmetica-producten kunnen onprettig reageren onder invloed van bijvoorbeeld zonlicht of zuurstof. Stabilisatoren worden toegevoegd om de emulsiestabiliteit te versterken. Ze voorkomen dat de oliefase gaat scheiden van de waterfase. Veel gebruikte stabilisatoren zijn: Cetearyl alcohol, cetyl alcohol, stearic acid en glycerine.

-Antioxidanten

Antioxidanten worden toegevoegd om ongewenste chemische of fysische veranderingen in een product tegen te gaan die onder invloed van zonlicht en zuurstof kunnen ontstaan. Als antioxidant in een hoge concentratie worden toegevoegd beschermen ze de huid ook tegen de schade van vrije radicalen. Voorbeelden van antioxidant die in formules gebruikt worden zijn: Ascorbyl palmitate en tocopheryl acetate.

-Conserveermiddelen

Conserveermiddelen zijn belangrijke hulpstoffen in cosmetica. Zij zorgen ervoor dat een product niet bederft of besmet wordt door schimmels en bacteriën. Conserveermiddelen zorgen er dus voor dat u een product een langere periode veilig kunt gebruiken. Er kunnen meerdere conserveermiddelen tegelijk in een product gebruikt worden. Er zijn natuurlijke en synthetische conserveermiddelen. De EU heeft een lijst gemaakt met toegestane veilige conserveermiddelen die in cosmetica gebruikt mogen worden. Veel gebruikte conserveermiddelen zijn: Parabenen, namelijk de butylparabenen, ethylparabenen, methylparabenen en de propylparabenen. Ze zijn zeker in voetverzorgingsproducten, waar meer risico is op besmetting met schimmels, bacteriën en/of andere schadelijke organismen, zeer effectief en veilig in gebruik!

Toegestane conserveermiddelen zijn: Sodium benzoate, potassium sorbate (= kaliumsorbaat), phenoxyethanol, glyceryl caprylate, dehydroacetic acid en benzyl alcohol. Irriterende conserveermiddelen zijn: Diazolidinyl urea en imidazolidinyl urea (formaldehyde releasers), triclosan, methylchloroisothiazolinone en methylisothiazolinone.

-Bindmiddelen/Verdickers

Dit zijn ingrediënten die vloeistoffen verdikken of vaste stoffen aan elkaar hechten. Belangrijke bindmiddelen zijn gommen. Gommen zijn natuurlijke polysachariden, wateroplosbaar en verhogen de viscositeit van een vloeistof.

Bindmiddelen in cosmeticaproducten zijn vooral natuurlijke organische hydrocolloïden, cellulose-esters en ethers, maar ook bentonieten en synthetische polymeren. Enkele voorbeelden van verdikkers zijn: acrylaten, crosspolymeer, xanthan gum, carbomer en cellulose gum.

-Geurstoffen

Geurstoffen zijn belangrijk voor de beleving van cosmeticaproducten voor het lekker ruiken en er mooi uitzien. Check altijd voor aanwezigheid van allergenen omdat geurstoffen het risico hebben voor allergische reacties op een gevoelige huid. Lees altijd het etiket of de bijsluiters van cosmeticaproducten. U kiest producten met milde emulgatoren en conserveringsmiddelen die de huid niet aantasten. Kies geen producten met alcohol (alcohol denat) die de huid uitdrogen of ontvetten. Door kennis te hebben van cosmetica-ingredienten kunt u een betere keus maken voor producten waarmee u werkt en/of wilt verkopen.

Bron: www.ncv-cosmetica.nl

Hoofdstuk 12. Extra uitgebreide behandeling van schimmelnagels

BEHANDELMETHODEN SCHIMMELNAGELS

-Diverse behandelmethoden van schimmelnagels door de voetzorgverlener

Het werk van de voetzorgverlener is hoofdzakelijk signalerend en adviserend. Praktisch gezien kan een voetzorgverlener schimmelnagels alleen maar verzorgen in de trant van dunner frezen, d.w.z. de aangetaste nagelsubstentie geheel verwijderen. Verder kan ze de cliënt doorverwijzen naar een arts voor eventuele medicamenten. Bij onychomycosis is het de moeite waard om naast de inwendige behandeling, ook een uitwendige behandeling toe te passen. Het probleem bij onychomycosis is dat de schimmel in het nagelmateriaal zit en pas echt verdwenen is als deze er met de nagel uit gegroeid is. Voordat u in overleg met uw cliënt met een door u gekozen product een orale behandeling start is het van belang eerst zoveel mogelijk aangetast nagelmateriaal te verwijderen. Door druk van de meestal verdikte nagelplaat ontstaat een verminderde doorbloeding van het nagelbed. Door de nagelplaat regelmatig dunner te frezen ontstaat er minder druk op de nagelwortel en dit verbetert automatisch de doorbloeding van het nagelbed. Hierdoor groeit de nagel sneller en kan dus sneller genezing optreden. Teennagels groeien zeer langzaam waardoor een effectieve behandeling wel zo'n zes tot twaalf maanden kan duren en niet binnen veertien dagen zoals veelal in advertenties (meestal op FaceBook) voor verkoop schimmelnagelproducten beweerd wordt. Het verwijderen van aangetast nagelmateriaal kan door de voetzorgverlener op de hiernavolgende wijze geschieden.





Het frezen van mycosenagels

- Al het aangetaste weefsel, de dode en de verkleurde nageldelen, freest u zoveel mogelijk weg om verdere verspreiding te voorkomen.
- Probeer ook een stukje van de gezond lijkende nagelrand mee te frezen. De schimmelsporen zitten immers in de overgang van het zieke naar het gezonde nageldeel.
- Gebruik hiervoor het liefst een grove of middelgrove (diamant)frees.
- De nagelwal freest u vervolgens met een (diamant)fissuur- of bolkopfreesje.
- Gebruik voor het frezen het liefst de nattechniek. Het voordeel hiervan is minder verspreiding van stofdeeltjes en het frezen is minder gevoelig.
- Hierna begint u de nagel met een door u zelfgekozen fungicide product te behandelen.
- Voor een snellere genezing en een optimaal effect van de te gebruiken tinctuur/crème freest u de aangetaste nageldelen elke 4 of 6 weken **volledig weg!**
- Ter bescherming en vanwege de gevoeligheid van de gefreesde teennagel kan uw cliënt enkele dagen een stukje Tubifoam of Hansaplast (wondpleister) op de nagel dragen.

Tijdens freeswerkzaamheden kunnen op het nagelbed kleine bloedinkjes ontstaan. De oorzaak hiervan is dat in de zieke nageldelen de bloedvaatjes in het nagelbed omhoog zijn getrokken. Pas bij een bloeding wondbehandeling toe. Indien de cliënt over pijn klaagt, dan de teennagel luchtig verbinden met bijvoorbeeld een gaasje en Tubinette. De bloedvaatjes trekken zich na enkele behandelingen vanzelf terug in het onderliggende nagelbed. Het bloeden komt na het terugtrekken van de vaatjes niet meer terug.

PRODUCTEN/MEDICAMENTEN

-Welke producten of medische hulpmiddelen zijn vrij verkrijgbaar?

In de zelfzorg, bij apotheek, drogist of groothandel zijn uitsluitend lokale antimycotica verkrijgbaar zoals:

- Jodiumtinctuur (houd rekening met een jodiumallergie).
- Myconol (= op jodumbasis).
- Mycored (= chemisch, geeft soms een sterke huidreactie bij een gevoelige huid).
- Sixtan nagelcrème in combinatie met Sixtan Forte tinctuur (zie behandelmethode).
- Bunio (zie behandelmethode de Buniotherapie).
- Molcosan zure wei van Dr. Vogel (2 x daags een kompres aanleggen).
- Fungicide crème en tinctuur van Gehwol.
- Kalknagelolie van Nature Balance.
- Echinaforce tinctuur.
- Calendulazalf en/of tinctuur.



- Camille-olie.
- Kruidnagelolie.
- Pakking met groene leem 1 x per week ca. 1½ uur in combinatie met Tea-tree- olie, 2 x daags aanbrengen op de nagelplaat.
- Tea-tree-olie (pure olie kan een huidirritatie laten zien, dan eventueel mengen met een fungicide zalf of crème).
- Ferula kalknagelolie (kan een erge reactie van de huid teweegbrengen!).
- Thuja tinctuur.
- MycoCure.
- Naloc (schimmeldodend).
- Onykoleïne van Akileïne.
- Cleannail tinctuur.
- Mycosept Intensive van Kathleen Kay.
- Toco Tholin (Toco Tholin is beoordeeld met een sterk schimmelremmende werking).
- Honingzalf (L-Mesitran).
- Honingzalf in combinatie met een schimmelspray (om zelf te mengen).
- Bloem natuurproduct Funghi-STOP en PediFleur.
- Ureumline Intensive Cure, een sneldrogende antimycosegel van Imgro.
- Nail Aid tinctuur van Magnetic.
- Handdesinfectiegel ManuGuard.
- Lamicil once.
- Samenwerkende pedicures.
- Nature-Balance.
- Etc. etc. Te veel om op te noemen!



Tincturen in sprayvorm zijn evenals voetpoeder geschikt om dagelijks het schoeisel mee te behandelen. Er zijn voetzorgverleners die hun eigen product samenstellen met bijvoorbeeld verschillende oliën die elkaars werking versterken. Of een olie(oliën) mengen met een crème.

-Keuze en risicopatiënten

De keuze van voornoemde middelen ligt bij uzelf in samenspraak met uw cliënt. Vaak heeft elke voetzorgverlener een voorkeur voor een middel omdat men er goede ervaringen mee heeft en dat is prima. Het hebben van schimmelnagels is meestal een onschuldige kwaal, maar er zijn situaties waarin u als voetzorgverlener beter terughoudend kunt zijn. Denk hierbij aan risicovoeten zoals mensen met diabetes, neuropathie, ouderen met vaatproblemen en een dunne huid, dementerende personen, reuma en de behandeling van kanker. Dit alles kan leiden tot vervelende complicaties en een hoop ellende.

Bij een beginnende infectie, bijvoorbeeld aan een nagelhoek of een ander deel van de nagelplaat, kan een dagelijkse behandeling alleen een crème, zalf, olie of tinctuur met een schimmeldodende werking effectief zijn. Bij een lokale behandeling, door het wegfreen van zieke nageldelen, dient u uw cliënt mede te delen om op de aangedane nagelplaat twee keer per dag het gekozen product aan te brengen. Lees ook vooral de bijsluiter wat is toegestaan! Mocht het door u geadviseerde product na ongeveer 3 maanden geen veranderingen van de nagelplaat teweegbrengen, dan dient u uw cliënt een ander product te adviseren. Mocht geen van de door u geadviseerde producten effect hebben, dan kan er van uit gegaan worden dat de aandoening geen schimmelinfectie is maar bijvoorbeeld een psoriasisnagel of een andere aandoening van de nagelplaat. Ook kan het zijn dat uw cliënt uw adviezen van dagelijks gebruik van het product niet heeft opgevolgd en/of het schoeisel niet dagelijks heeft meebehandeld.

Wanneer de schimmelinfectie diep in de nagelplaat gezeteld is heeft een lokale behandeling meestal weinig of geen effect. Voor het behandelen van ernstig aangetaste mycosenagels is orale behandeling vrijwel altijd noodzakelijk. Na een microscopisch onderzoek of kweek kan de arts bepalen welk geneesmiddel voorgeschreven dient te worden. In de huidige NHG-standaard staat vermeld dat huisartsen echter terughoudend moeten zijn met de behandeling van schimmelnagels met orale medicatie omdat deze behandeling vaak niet succesvol is.

-Herkennen/Signaleren/Protocol

Voor behandeling van schimmelnagels kunt u ook het protocol volgen dat is samengesteld door dermatoloog Dr. A. Galimont en ProVoet. Ook kunt u een speciale opleiding volgen voor het afnemen van een stukje geïnfecteerd nageldeel om dit op te sturen voor het diagnosticeren van een schimmelinfectie. Daarnaast zijn er nog hulpmiddelen zoals een dermatofytencheck van HFL-Funghicheck voor het stellen van een diagnose. Volledige zekerheid biedt zo'n test niet. Veel voetzorgverleners kunnen uit ervaring prima uit de voeten met een visuele diagnose.

Zie ook hoofdstuk 6 Vakboek "Pathologie" basis deel 2/De mycosenagel van uitgeverij Les Pieds.

Alle rechten voorbehouden.

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of enige andere manier zonder voorafgaande toestemming van Uitgeverij Les Pieds.

E-LEARNING & PROEFEXAMENS

Via onze webshop bieden wij ook E-learning aan. Duizenden leervragen ter voorbereiding op uw examen. Na het inloggen hebt u via een menu de mogelijkheid de keus te bepalen voor welk onderdeel u leer- of examenvragen wilt oefenen. De meeste vragen/antwoorden worden begeleid met een stukje lesstof, film, afbeelding en/of foto uit onze vakboeken. U kunt "tijd" kopen en u voor elk examen op een voordelige en gemakkelijke manier voorbereiden. Zie voor meer informatie op www.proefexamenspedicure.nl

Uitgeverij LES PIEDS

Vakboeken van en voor voetverzorging

Daar loopt u mee weg

www.lespieds.com

