



Ria van der Velden
& Samantha van der Velden



*Specialistische
technieken toegepast
op de voet*



**PEDICURAL
VOETZORG VOF**

 **010 - 262 03 57**

www.pedicuralvoetzorg.nl

Orthese

Het is raadzaam de volgende tips op te volgen als u een orthese draagt:

1. Controleer de huid dagelijks op drukplekjes en blaarvorming. Let op bij verminderd gevoel!
2. De orthese mag geen pijn doen of irriteren.
3. Draag sokken om de orthese extra te fixeren.
4. Zorg dat de orthese in uw schoeisel past. Dicht schoeisel is het beste.



5. De orthese aan en afdoen met twee handen, niet trekken. De kans is dan groot dat u hem kapot trekt.
6. Was de orthese dagelijks met wat sop, en droog deze af. Leg de orthese vervolgens in een bakje met talkpoeder.
7. Bouw de tijdsduur van het dragen geleidelijk op.

Nagelbeugel

Het is raadzaam de volgende tips op te volgen wanneer u een nagelbeugel heeft:

1. De nagelbeugel mag de eerste 24 uur niet nat worden.
2. De nagelbeugel mag geen pijn doen of loslaten; zo wel, neem contact op. Controleer dagelijks of het materiaal geen drukplekjes of irritatie veroorzaakt.
3. De nagelbeugel mag geen rode plekjes en wondjes veroorzaken; houdt dit dagelijks in de gaten.

Onze voeten zijn het draagvlak van ons lichaam. Bij problemen aan de voeten kunnen er klachten ontstaan. Denk aan knie- en rugklachten. Maar ook huiddefecten kunnen voor ernstige complicaties zorgen.

De gevolgen van wondjes aan de voeten worden nogal eens onderschat. Een professionele behandeling met een passend behandelplan en advies zijn dan ook belangrijk om de voeten in goede conditie te houden. Hierdoor kunnen klachten voorkomen worden, verminderd worden of zelfs opgeheven worden.

Soepel bewegen begint bij de voeten

Er zijn verschillende technieken die hierbij kunnen helpen. In deze folder wordt verdere uitleg gegeven over de technieken die hierbij gebruikt kunnen worden.

Orthese

Bijvoorbeeld bij een weke likdoorn tussen de tenen of een hamer- of klauwteen.

Anti druktechniek

Bijvoorbeeld bij een likdoorn, hielspoor, wondje, hallux valgus.

Nagelbeugel

Bij een ingroeiende nagel.

Nagelreparatie met acryl- of geltechniek

Bijvoorbeeld bij een traumanagel ter reparatie.

Het is belangrijk bij alle technieken dat u zich aan de controle-afspraken houdt, zoals afgesproken met uw Medisch Pedicure!

Vilttechniek

Het is raadzaam de volgende tips op te volgen bij antidruk-technieken:

1. Neem contact op met de Medisch Pedicure als de huid rondom het aangebrachte materiaal rood wordt, zwelling vertoont, jeukt of pijn doet.
2. Probeer het aangebrachte materiaal zo droog mogelijk te houden. Wordt het toch nat dan met de föhn voorzichtig drogen. Warmte activeert de lijm. Let op dat u zich niet verbrand.
3. Verwijder de viltpadding bij pijn bijvoorbeeld ten gevolge van afknelling. Als het eraf gehaald moet worden, dan kan dit het beste plaatsvinden ná het douchen. De plaklaag van het materiaal laat dan makkelijker los. Nooit het pleister ruw van de huid aftrekken, liever rustig oprollen.
4. Hebt u minder of geen gevoel meer in uw voeten, laat dan de huid van u voeten door de Medisch Pedicure controleren.



5. Viltpadding mag nooit langer dan 14 dagen blijven zitten. Verwijder deze na een voetbad of douche en trek het aangebrachte materiaal er niet af, maar rol het rustig van de huid af, zoals eerder hierboven aangegeven.

4. De nagel mag niet verkleuren; rood, wit of blauw. Neem dan contact op!
5. Heeft u uw teennagels gelakt en wilt u de nagellak verwijderen, gebruik dan een nagellakremover zonder aceton. Aceton kan namelijk het materiaal aantasten waarmee de beugel vastzit.
6. Laat uw nagelbeugel los of is er een drukplekje, maak dan direct een afspraak met uw Medisch Pedicure.



Nagelreparatie

Het is raadzaam de volgende tips op te volgen bij een uitgevoerde nagelreparatie met acryl- of geltechniek:

1. Gebruik dagelijks nagelriem olie.
2. Gebruik nagellakremover zonder aceton.
3. Knip de kunstnagels nooit, i.v.m. scheuren, maar laat ze tijdig vijlen.
4. Gebruik nooit nagelverharder, de kunstnagel kan gaan splijten.
5. Wanneer het nagelbed weer voor 1/4 zichtbaar wordt, kan het weer opnieuw opgevuld worden met acryl.
6. Trek nooit de kunstnagel los. De bovenste lagen van de kunstnagel zullen dan worden meegetrokken.
7. Let op wondjes bij de nagelwal.



Voor de behandeling



Na de behandeling



MEDISCH PEDICURES

Ria van der Velden
& Samantha van der Velden



**PEDICURAL
VOETZORG VOF**

*Voor uw complete
voetverzorging!*

Medisch Pedicurepraktijk

Munterstraat 6

3123 PN Schiedam

info@pedicuralvoetzorg.nl



010 - 262 03 57

www.pedicuralvoetzorg.nl