



Подологія: сучасний погляд на здоров'я стопи Дисципліна: Подологія

Підготував(ла): Ковальова Марина Іванівна

Вітаю всіх! Сьогодні ми поговоримо про подологію – науку, яка стоїть на межі дерматології, хірургії, ортопедії та ендокринології. Наша мета – розібратися, чому здоров'я стопи є критично важливим для всього організму і які завдання вирішує сучасний фахівець-подолог.

Що таке подологія?

Подологія (від грец. *podos* — стопа, *logos* — вчення) наука про лікування, профілактику та реабілітацію захворювань стопи.

Головна відмінність від естетичного педикюру медичний підхід до вирішення проблем (аналіз причини, а не лише усунення симптому).

Суміжні галузі дерматологія, ортопедія, ендокринологія, флебологія, хірургія.

Подологія займається медичним доглядом за стопами. Якщо майстер педикюру працює зі здоровою стопою для естетики, то подолог працює з патологіями. Це повноцінна медична дисципліна, яка вимагає глибоких знань анатомії, фізіології та патологічних процесів.

Анатомія та біомеханіка стопи

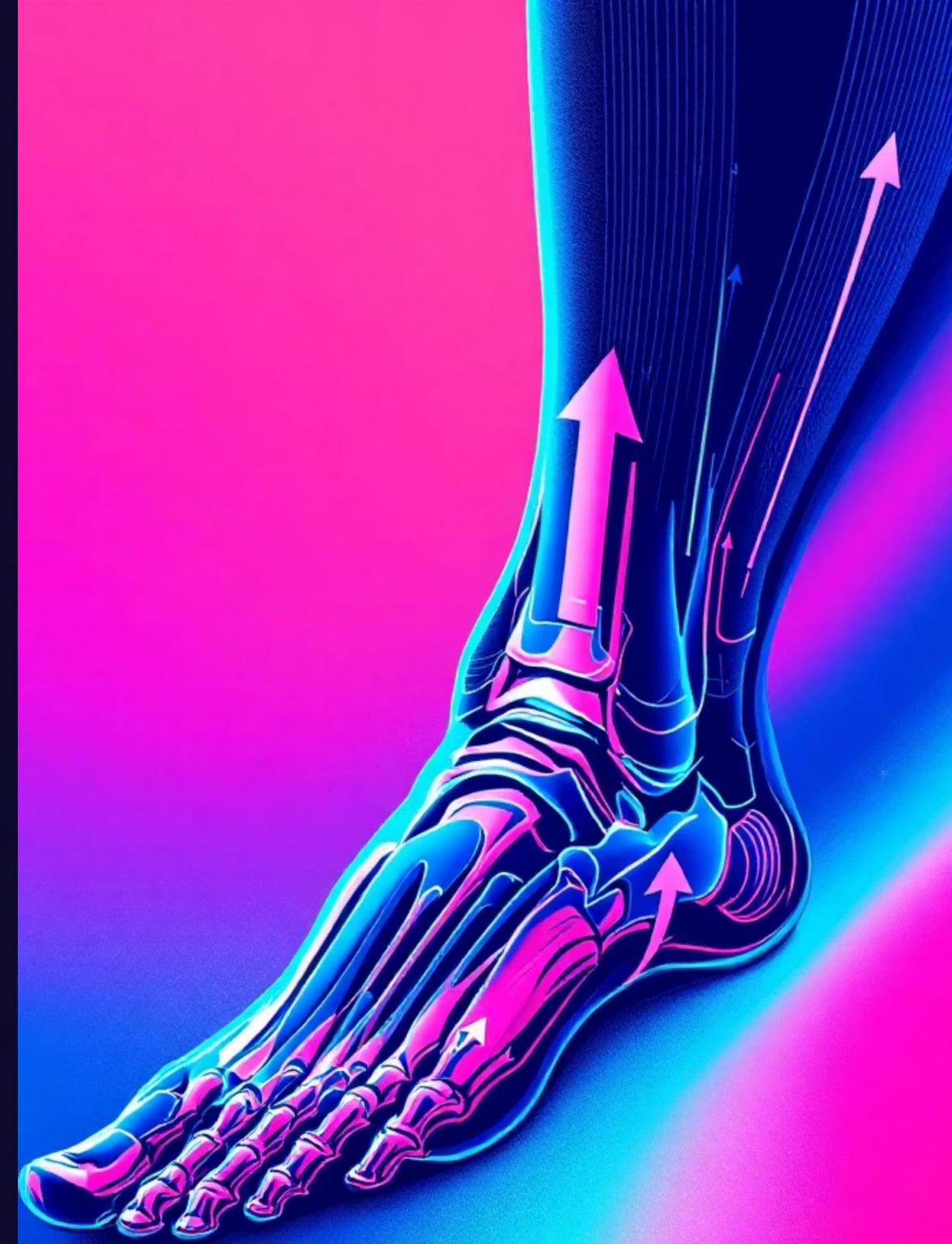
Складна структура: 26 кісток, 33 суглоби, понад 100 м'язів, сухожиль і зв'язок.

Основні функції: опорна, амортизаційна, балансувальна.

Біомеханіка: як порушення у стопі (наприклад, плоскостопість) впливають на колінні суглоби, таз і хребет.

Стопа – це фундамент нашого тіла. Вона має унікальну склепінчасту будову, яка діє як ресора, гасячи ударне навантаження при ходьбі.

Зверніть увагу на ілюстрацію: найменше зміщення або деформація кісток стопи порушує біомеханіку всього опорно-рухового апарату, що може призвести до болю в спині чи зношування колінних суглобів.



Основні групи подологічних захворювань



Захворювання
нігтьового
апарату
врослий ніготь, грибок,
травми.



Захворювання
шкіри стоп
гіперкератоз, мозолі,
бородавки, тріщини.



Ортопедичні
деформації
плоскостопість, Hallux
Valgus (кісточка).



Системні
ускладнення
синдром діабетичної
стопи (СДС).

Усі патології, з якими стикається подолог, можна умовно поділити на чотири великі групи. Часто вони комбінуються.

Наприклад, ортопедична деформація пальців призводить до надмірного тиску на шкіру, що викликає утворення стрижневих мозолів або вросання нігтя.

Патології нігтьового апарату

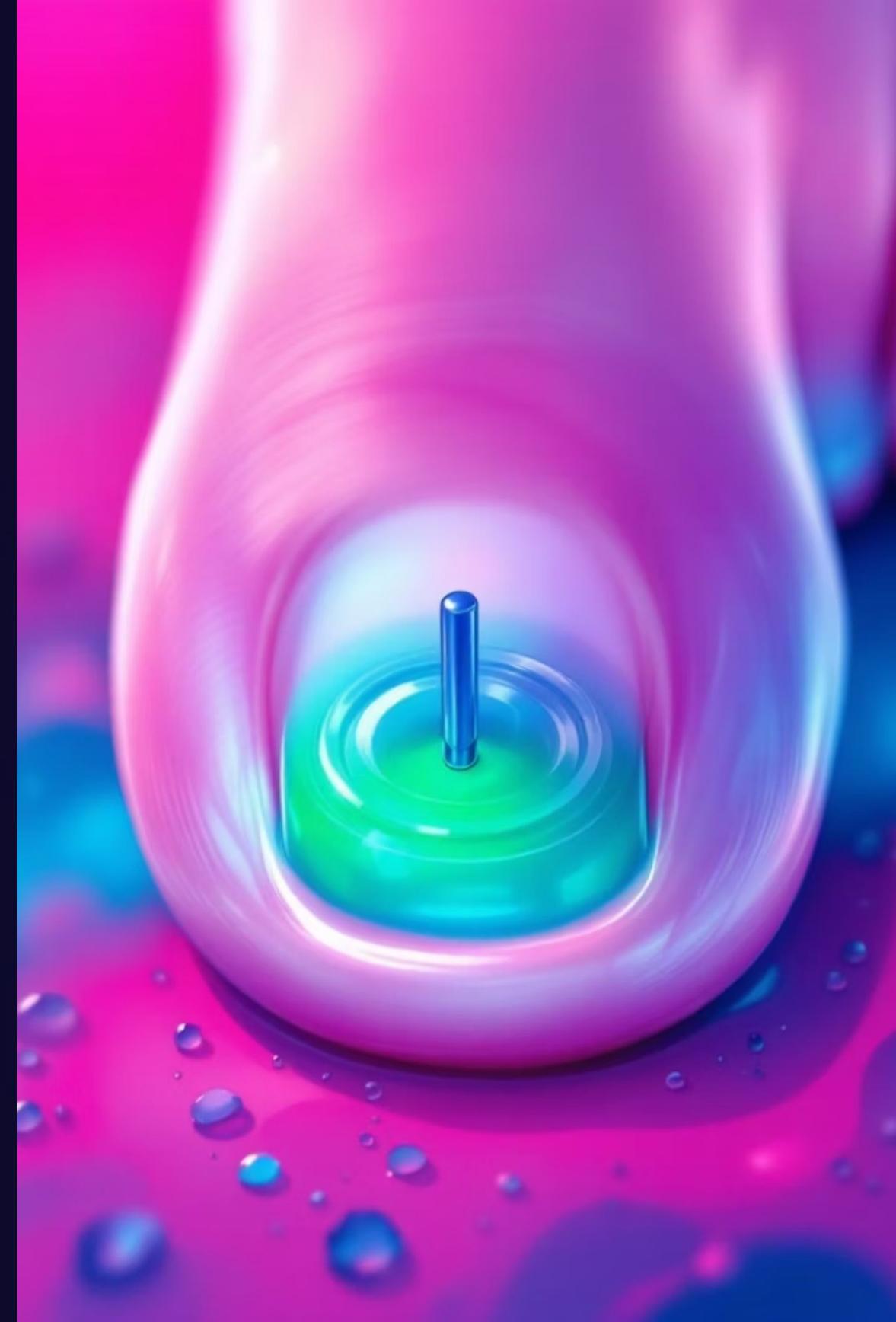
Оніхокриптоз (врослий ніготь): запалення латеральних валиків через
.вростання нігтьової пластини

Лікування: консервативне (тампонада, ортоніксва - титанові нитки, скоби)
.та хірургічне

Оніхомікоз: грибкове ураження нігтів. Потребує зачистки та
.антимікотичної терапії

.Оніхолісис: відшарування нігтя від ложа

Врослий ніготь — одна з найчастіших причин звернення до подолога або хірурга. Сучасна подологія пропонує альтернативу повному видаленню нігтя — ортоніксію (встановлення коригувальних систем, що працюють за принципом брекетів). Також подолог проводить медичну обробку при .грибкових ураженнях, збільшуючи ефективність ліків



Патології шкіри стопи

Гіперкератоз: надмірне потовщення рогового шару епідермісу (захисна реакція на тертя).

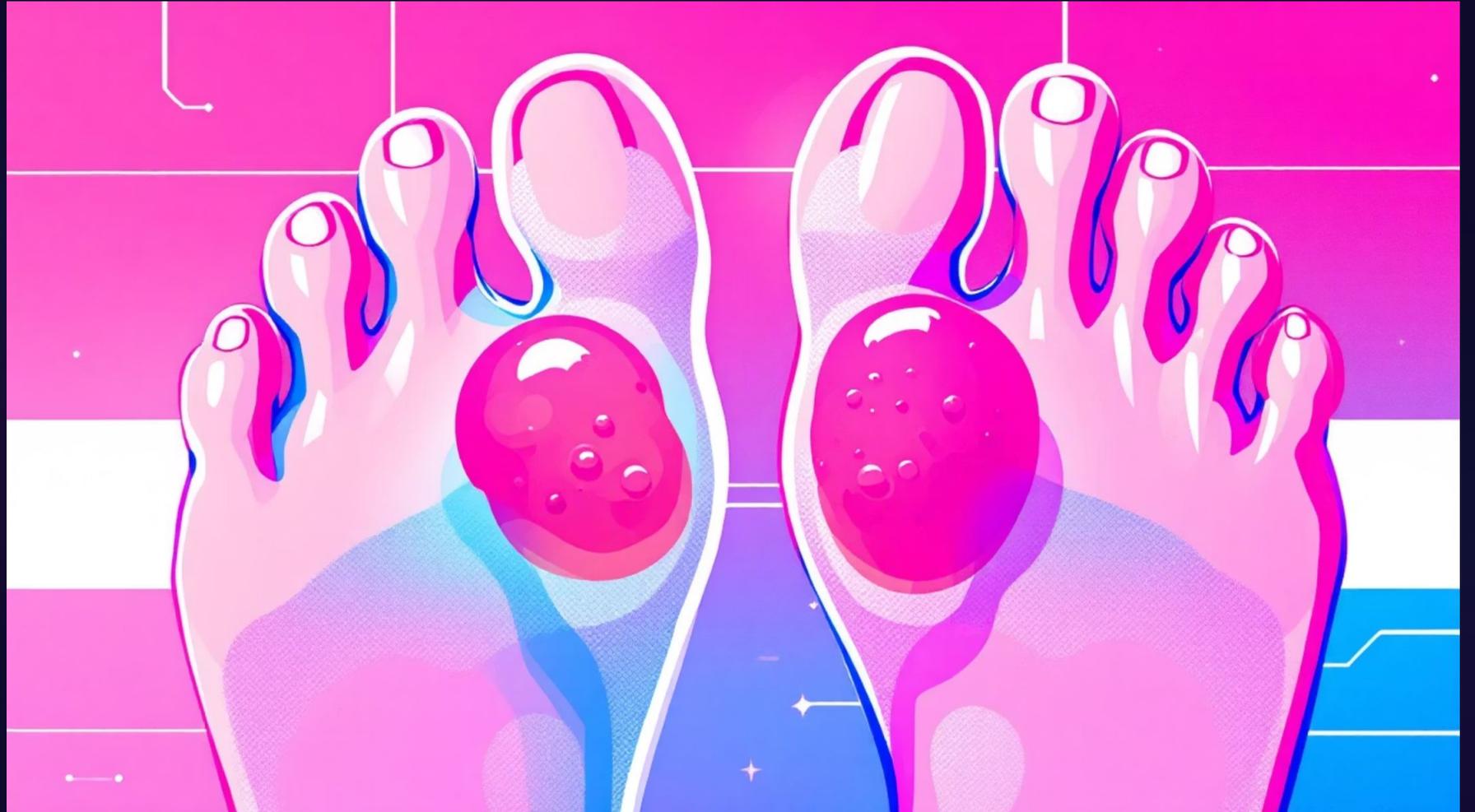
Мозолі (Clavus): стрижневі, міжпальцеві.

Утворюються через локальний тиск.

Підошовні бородавки (Verruca plantaris):

вірусна етіологія (ВПЛ). Потребують диференційної діагностики з мозолями.

Глибокі тріщини: ворота для інфекцій.



Шкіра стопи постійно зазнає механічного навантаження. Мозолі та натоптиші — це не просто косметичний дефект, а сигнал про неправильний розподіл ваги або незручне взуття. Особливу увагу слід приділяти стрижневим мозолям та вірусним бородавкам, оскільки їх лікування кардинально відрізняється, хоча зовні вони можуть бути схожими.

Синдром діабетичної стопи (СДС)

СДС — комплекс анатомо-функціональних змін, що розвиваються на тлі цукрового діабету.

Причини: нейропатія (втрата чутливості), ангіопатія (порушення кровообігу), остеоартропатія.

Ризики: утворення виразок, інфікування, гангрена, ампутація.

Роль подолога: регулярний огляд, безпечна обробка (без травматизації), розвантаження виразок.

Для медиків це, мабуть, найважливіший слайд. У пацієнтів з діабетом знижується чутливість. Вони можуть наступити на цвях, ходити з ним цілий день і не відчувати болю. Завдання подолога тут — це буквально порятунок кінцівок від ампутації завдяки профілактичним оглядам та безпечному медичному педикюру.



Ортопедія та деформації

Hallux Valgus: вальгусна деформація першого пальця стопи.

Плоскостопість: поздовжня та поперечна.

Діагностика: плантографія (відбиток стопи), рентгенографія.

Корекція: індивідуальні ортопедичні устілки, силіконові ортози.



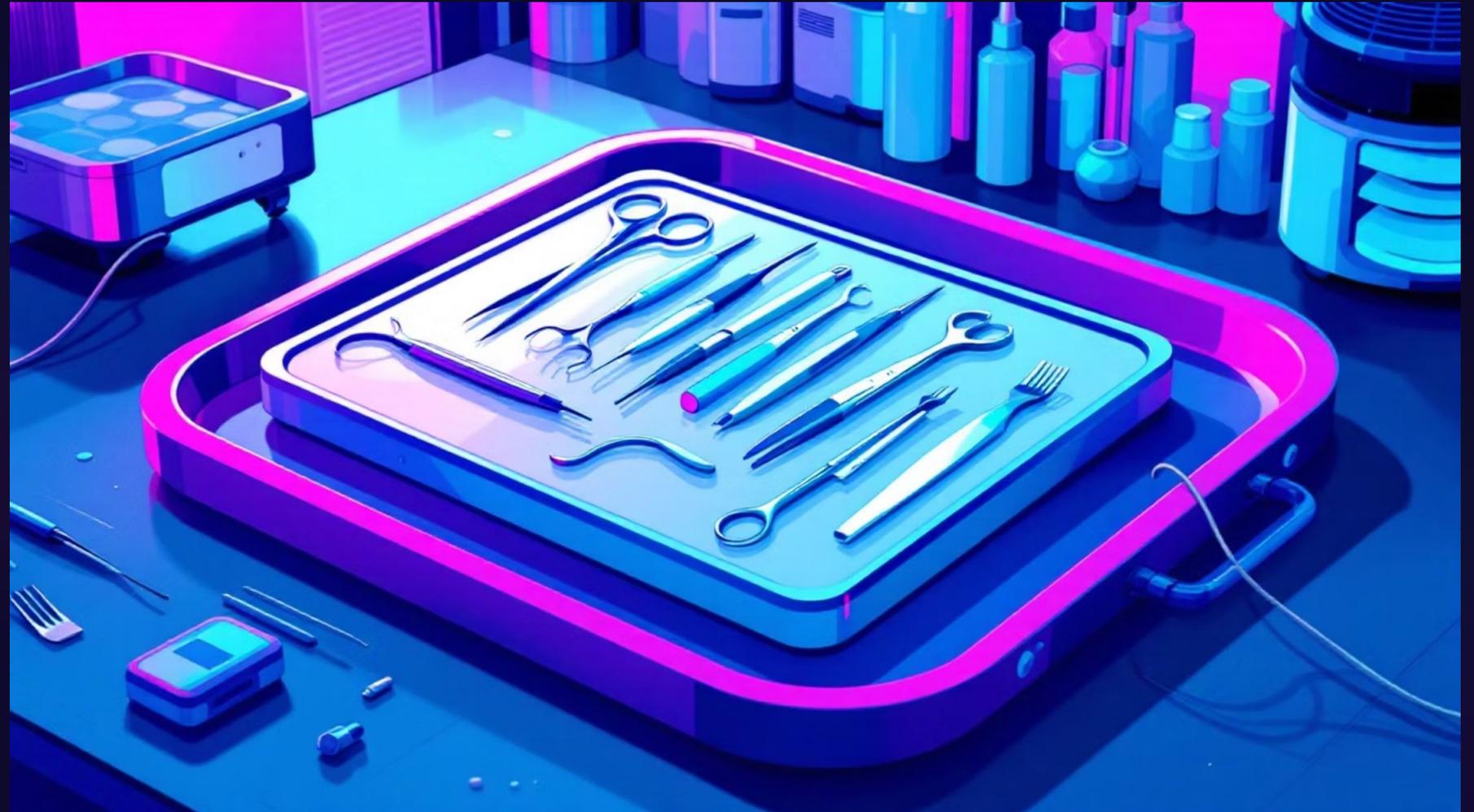
Подолог часто працює в тандемі з ортопедом. Багато проблем зі шкірою та нігтями зникають самі собою, якщо відновити правильну біомеханіку стопи. Для цього виготовляються індивідуальні устілки та спеціальні міжпальцеві силіконові ортози, які розвантажують проблемні зони.

Інструментарій та інфекційний контроль

Основне обладнання: подологічне крісло, апарат зі спреєм або пилососом, безтіньова лампа-лупа.

Інструменти: кусачки, скальпелі, кюретки, фрези (алмазні, керамічні, твердосплавні).

- Стерилізація (медичний стандарт):
 - а. Дезінфекція (замочування).
 - б. ПСО (передстерилізаційне очищення, ультразвукова мийка).
 - в. Стерилізація (автоклав або сухожарова шафа).



Кабінет подолога — це медичний кабінет. Безпека пацієнта та лікаря тут на першому місці. Робота виконується за допомогою високооборотних апаратів із системою пилотидалення. Усі багаторазові інструменти проходять суворий цикл стерилізації, ідентичний до хірургічного інструментарію.

Висновки. Подолог у мультидисциплінарній команді

- Подологія — невід'ємна частина сучасної медицини.
- Мультидисциплінарний підхід:
 - Подолог + Дерматолог (мікози, дерматити).
 - Подолог + Ендокринолог/Хірург (діабетична стопа).
 - Подолог + Ортопед (деформації).

Головна мета: збереження рухливості та якості життя пацієнта.

Підсумовуючи, хочу підкреслити: подолог не замінює лікаря-хірурга чи ендокринолога, він є важливою ланкою медичної команди. Своєчасне направлення пацієнта до подолога дозволяє уникнути серйозних ускладнень і повернути людині радість руху без болю.