

A talpbetétek

Az ősi időkben természetes talajon, erdők, mezők talaján, puha homokon való járás közben a talaj elnyelte a járás során keletkező ütközéseket, és a közben kialakuló vibrációs energiát.

A modern kor embere nem ilyen talajon jár, mitöbb, kényelmetlen cipőkbe bújtatja lábát, tartásellenes működésre kényszerítve azt.

Az idők során némileg hozzászokott már a láb ezekhez a kényelmetlenségekhez, viszont nem kívánatos deformításokat szenved, valamint kihat a szervezet egész működésére is.

Igen sok esetben bizonyos panaszok hátterében a láb deformítása, a helytelen járás áll.

A talpbetétek ezeknek a megelőzésében, és kezelésében töltenek be jelentős szerepet.

Mire használhatóak a talpbetétek:

Sok esetben higiéniai szerepet töltenek be, azt is különböző módon, például a légáteresztő képességgel vagy az aktív szén szűrővel, amely a szagok közömbösítésében töltenek be szerepet.

Megoldást nyújthatnak egy bőrproblémára, egy fájdalmas rész tehermentesítésével.

Igen jelentős a száma azoknak a talpbetéteknek, amelyek ortopédiai problémára adnak megoldást.

Tény, hogy járás közben a keletkező vibrációs energiát, ha a talaj vagy a cipő nem vezeti el, akkor azt az inak továbbítják az izmokhoz, kényszerítve az izmokat annak csillapítására.

Ennek növekvő fáradtság, duzzadt végtagok lesznek az eredményei, terhelődnek a csontok. Egy 60 kg-os ember esetében ez kilométerenként 80 tonnát jelent.

Ilyen terhelés következményeként súlyosabb mozgásszervi betegségek alakulhatnak ki, tendinitis (íngyulladás), peri-tendinitis (ínhártyagyulladás), peri-ostitis (csonthártyagyulladás), farkcsonti fájdalom, fáradtság okozta csonttörés, láb, térd, csípő, hát, ízületi fájdalmak, krónikus fejfájás.

A lábprobléma felismerése

Igen fontos, hogy a pedikűrösök időben felismerjék a problémát és megfelelő to-

vábbirányítással a **szakorvoshoz** küldjék vendégüket, bőrgyógyászhoz, ortopéd szakorvoshoz, érsebészhez, belgyógyászhoz, kiropraktórhöz, aki specialista a szervezet statikai elváltozásainak felismerésében, a panaszok alapján a háttérben meghúzódó okok felderítésében és a gyógy módokban.

A talpbetétek néhány fajtája

Kényelmi talpbetétek:

Biztosítják a láb komfortját, a szinte láthatatlan vékonyságú betétektől a speciálisan kifejlesztett melegítő betétekig a téli időszakra, vagy a gyerekek számára készített betétekig.

Segítenek a láb egészséges életmódjának kialakításában.

Tehermentesítő talpbetétek:

Kényelmes és professzionális cipőbetét, mely elősegíti, hogy a láb a cipőben optimálisan, komfortosan helyezkedjen el.

Anyaga nagy teherbíró képességű, alátámasztja a lábboltozatokat, szellőzőnyílásainak köszönhetően biztosítja a láb szellőzését. Segít a láb ortopédiai elváltozásainak megelőzésében.

Mágneses talpbetétek:

Alkalmazásuk visszanyúlik egészen az ókorig, az i.e. Kínában már használták gyógyításra.

A talpon található idegvégződések stimulálják, ingerli, serkenti a vér áramlásának sebességét, fokozza a vérkeringést, javítja a láb, a sejtek vérellátását, felgyorsítja az anyagcsere folyamatokat, elősegítve a méregtelenítést.

A talpbetétben a mágnesek a talpi idegvégződések pontjainak megfelelő helyen történő elhelyezésével stimulálják azokat, így hatással vannak az idegvégződéseknek megfelelő belső szervek működésére, szabályozzák azokat.

Ezáltal jótékony hatást gyakorolnak a szervezet egészére, annak méregtelenítési folyamataira, a sejtek oxigénellátására, a szervezete regenerálódási képességére.

Szilikonos talpbetétek:

Elsősorban tehermentesítő feladatot látnak el, járás közben csökkentik a láb boltozatainak terhelését, a fájdalmak enyhítését például egy tyúkszem, kalapácsujj, bűtyök esetén.

Csökkentik az ízületek és a csontok terhelését, puha talpi bőnyét pótolnak a bőrke-ményedések helyén.

Aktívzenes talpbetétek:

Kiváló komfortérzést nyújtanak, természetes anyagból készülnek, valódi juhbőrből, illetve hatékony aktívzenes szűrőt használnak a kellemetlen szagok közömbösítésére.

Puhán alábéleltek, lágy latex párnával biztosítják a légpárnás alátétet. Méretre vágható típusai kaphatók. Biztosítják a védelmet a láb gombásodásával szemben.

Az alapelv a láb izzadásának ellensúlyozása, a szagok közömbösítése, a láb bőrének gombákkal szembeni védelme.

Akupresszúrás talpbetétek:

Műanyag talpbetét, amely áll magából a talpi műanyag részből, 10 akupunktúrás ponton perforálva, és a perforált részekbe helyezhető golyócskából.

Ezekbe az előre elkészített perforációkba lehet behelyezni a golyócskákat, attól függően, hogy milyen terápiás hatást kívánunk elérni.

Ennek az alapja is természetesen a szakorvos javaslata kell, hogy legyen.

A betét használata naponta nem haladhatja meg a 4 órát összesen, és lehetőleg délelőtt-ként történjen.

Speciális talpbetétek:

Ezek a betétek már egy speciális probléma kezelésére használatosak: harántemelő, sarokfogó, a magas sarkú cipő okozta bőrgéget ellensúlyozó betétek.

Nem az egész talp alá helyezendők, hanem kifejezetten arra a talpi területre, ahol panasz van.

Léteznek olyan talpbetétek, melyek bizonyos hatóanyagot juttatnak a bőrön keresztül a szervezetbe, ilyen például a rézzel kombinált talpbetét. Közismert a szervezetben egyébként jelenlévő réz hiányából kialakuló betegségek megjelenése a mai kor emberének szervezetében. Ezt a hiányt kívánja a talpbetét réz tartalommal való kombinálása ellensúlyozni, a bőr felszívóképességének kihasználásával.

Egyedi készítésű talpbetétek:

Alapja a láb szakszerű diagnosztizációja.

Ebben segítség, mint egy diagnosztizációs módszer a talp számítógépes vizsgálata, a podológiai diagnosztizációs módszer, a podoszkóp.

Ez egy több, mint 110 éve alkalmazott módszer, mely feltérképezi a talpi bőr vizsgálatával a támasztásban résztvevő és nem résztvevő részeket a lábon.



A talpon lévő bőrtakaró kerin-gési alulműködését egy számítógép speciális módszerrel (**podoszkóp**) kijelzi, melyből a szakember számára kiolvasható, hogy mely talpi részek vesznek részt a működésben, vérel-

látásban, hőellátásban. Ebből már a szakorvos felállíthatja a diagnózist és a gyógmódot. Igen jelentős módszer a diabétesz láb vizsgálatában is.

A láb statikai és egyéb működésében jelentős szerepet tölt be az öröklött hajlam bizonyos betegségekre, az életmód, a foglalkozási ártalmak, a fejlődés során gyerekkorban ért hatások, igen jelentősen a cipő kiválasztása és annak hordása, valamint egyéb lábbetegségek.

Ilyen a benőtt köröm, amely vezethet ortopédiai elváltozáshoz, annak következtében pedig egyéb mozgásszervi és más betegségekhez.

A talpbetétek használata során betartandó szabályok

Minden esetben kérjünk szakmai segítséget a kiválasztásukhoz.

A pedikűrös a hatókörébe tartozó diagnózist tudja felállítani, feleljen meg a prevencióban betöltendő szerepének az elváltozások, betegségek korai felismerésében, az orvoshoz irányításban.

Be kell tartani a talpbetét használati utasításaiban előírtakat, illetve az orvos, vagy a szaktanácsadó utasításait.

Igen fontos a fokozatosság, mértékletesség, feyelmezettség elvének betartása, a napi viselés időkorlátjának tekintetében.

Rendszeresen kell járni kontrollra, a panasz, betegség változásainak nyomonkísérése érdekében.

Fontos a talpbetét karbantartása és tisztántartása, illetve a cseréje, amennyiben az indokolt.



Bakos Aranka

Lábápoló szakember, szakoktató. 1987 óta dolgozik a szakmában, fő területe a lábápolás gyógyászati alkalmazása. Hét éve foglalkozik a szakmunkástanulók képzésével és vizsgáztatásával. A Pécsi Tudományi Egyetem Pedagógiai Tanszékének műszaki szakoktató szakán 2008-ban kiváló minősítést szerzett, tanulmányait a BME felnőttképzési szakértői szakán folytatja. Versenyeredményei: 2007 Esztétikai pedikűr I., Kombinált pedikűr II., Magyar Bajnoki verseny III. Oktatással kapcsolatos témában keressen az artiba@freemail.hu e-mail címen.



MINDEN,
AMI PEDIKÜR...



RÉSZLETFIZETÉSI
LEHETŐSÉG!

WELLNESS
A LÁBNAK
KAMILLA TARTALMÚ
LÁBTERPIVÉKEKEL



PEDIKÜRÖS GÉPEK



CIPŐFERTŐTLENÍTŐ



H-1221 Budapest,
Ady Endre út 81-83.
Tel.: (+36-1) 226-6602
Fax: (+36-1) 226-4431
Mobil: (+36-30) 986-5033
cosmaped@langermann.hu
www.langermann.hu