



Ihre Apotheke informiert

GESUNDE FUESSE

Immer gut zu Fuß

Sie müssen schwere Lasten tragen und werden doch oftmals sträflich vernachlässigt - die Füße.

Dass die Strafe im wahrsten Sinne „auf den Fuß“ folgt, hat eine europaweite Studie zur Fußgesundheit gezeigt. Jeder zweite Patient in Deutschland, der eine Hausarztpraxis aufsucht, klagt über Unbehagen beim Laufen, jeder dritte hat sogar Schmerzen. Auch wird bei etwa jedem dritten Patienten eine Pilzerkrankung diagnostiziert.

Gegen Pilzbefall ist niemand gefeit

Pilz ist nicht gleich Pilz, so Dr. Martin Schulz, der Leiter des Zentrums für Arzneimittelinformation und praktische Pharmazie in Eschborn. Juckreiz, Schmerz, Rötung, Brennen, Nässen, Schuppung, Bläschen? Erst wenn die Ursachen und Erreger der Pilz-Erkrankung identifiziert beziehungsweise ein Ekzem oder eine Schuppenflechte ausgeschlossen sind, dürfe man zur Selbstmedikation schreiten. In der Apotheke

gibt es moderne, wirksame Medikamente, sogenannte Antimykotika, zum Auftragen auf Nägel und Haut, die den Kampf gegen die unliebsamen Schmarotzer aufnehmen.

Gegen erneuten Pilzbefall ist niemand gefeit.



Gehen Sie in der Sauna oder im Schwimmbad stets mit Badeschlappen. Helfen kann gerade im Sommer auch das Tragen von Sandalen oder offenen, lockeren Lederschuhen ohne Gummisohle. Auch sollte man Barfußlaufen - wann immer es geht. Strümpfe sollten täglich gewechselt werden.

Schützen Sie Ihre Füße

Enge und hochhackige Schuhe sind oftmals auch die Ursache von Hühneraugen. Salicylsäurehaltige Pflaster aus der Apotheke tragen zur Erweichung der Hornschicht bei, die sich nach drei bis vier Tagen mit einem warmen Fußbad entfernen lässt. Wenn gar nichts mehr geht: In der Apotheke gibt es unter anderem auch Zehenspreizer zum Geradestellen übereinanderliegender Zehen, Ballenschoner, die einen wirksamen Druckschutz des Großzehenballens gewährleisten, Zehenspreizer zum Schutz bei Hühneraugen und Druckstellen im Zehenbereich, Schutzringe gegen Druckschmerzen an Zehen oder Fuß- oder Schutzpflaster zum Druckschutz bei Ballen- und Hornhautbeschwerden.

Fragen Sie Ihren Apotheker - so sind Sie immer gut zu Fuß.



Sicherheit durch Beratung