

## ETU? DI CHE...PIEDE SEI?

Scopri quali tra questi è il tuo!

Escludendo deformazioni patologiche  
esistono tre tipi di piede:



Il tipo EGIZIO  
ha l'alluce più lungo  
delle altre dita

Egizio



Il tipo GRECO  
ha l'alluce più corto  
di almeno una  
delle altre dita

Greco



Il tipo ROMANO  
ha l'alluce  
della stessa lunghezza  
di almeno una  
delle altre dita

Romano

## RICORDIAMO CHE PRESSO IL CENTRO MEDICO E' POSSIBILE EFFETTUARE:

IDROCOLON TERAPIA/ COLON WASH  
TRATTAMENTI LASER PER ESTETICA  
(Epilazione, Radiofrequenza per il viso)

RIMOZIONE TATUAGGI

TRATTAMENTI DI MEDICINA ESTETICA  
(Filler, Biorivitalizzazione, Peeling, Mesoterapia,  
Fosfatidilcolina, Botulino, Dermoporazione,  
Intralipoterapia, Etc...)

TRATTAMENTI PER CALVIZIE/ALOPECIA

RINOPLASTICA NON CHIRURGICA  
(Ambulatoriale, con Acido Ialuronico)

MASTOPLASTICA ADDITIVA NON CHIRURGICA  
(Ambulatoriale, con Acido Ialuronico)

MASSAGGIO ESTETICO

MASSAGGIO AYURVEDICO

GINNASTICA CON PERSONAL TRAINER  
(Estetica, 1 ora)

RIFLESSOLOGIA PLANTARE

MASSAGGIO INFANTILE  
(Lezione singola o di gruppo)

RIABILITAZIONE PAVIMENTO PELVICO

PREVENZIONE/TRATTAMENTO DELL'INCONTINENZA

UROLOGICA-PROCTOLOGICA  
(Maschile e Femminile)

GINNASTICA POST PARTO PER IL PAVIMENTO PELVICO  
(anche di gruppo)

SESSUOLOGIA

BENESSERE DELL'ANZIANO

(Visite Geriatriche, Ginnastica personalizzata,  
Dietetica Specifica, Estetica per la terza età,  
Potenziamento Cognitivo)

ESTETICA E BENESSERE



**HTC**  
Via M. Partigiani 33  
STRADELLA (PV)

☎ 0385 246861

🌐 [www.htcnet.it](http://www.htcnet.it)

📘 CentroMedicoHTC

## ESTETICA E BENESSERE

## PIEDI SANI E BELLI





## CHI E' IL PODOLOGO?

Con il termine Podologo si definisce, la figura professionale, laureato in podologia che, direttamente o su prescrizione, collabora col medico nella prevenzione, cura e riabilitazione dei piedi, nell'età adulta, pediatrica e geriatrica; in generale, il Podologo interviene sulla prevenzione e cura di alterazioni e/o lesioni ipercheratosiche (callosità), ungueali, ecc.

In sintesi, il Podologo integra l'intervento medico per la cura delle diverse patologie del piede, attuando prestazioni finalizzate a favorire la deambulazione, oltre che la prevenzione di complicanze locali e di alterazioni strutturali e funzionali del piede.

## DISTURBI FREQUENTI

Il Podologo si occupa dei problemi di salute dei piedi. I più diffusi riguardano unghie incarnite e ipercheratosi.

L'unghia incarnita è una malattia che colpisce tendenzialmente l'alluce e in genere è molto dolorosa.

In realtà non è un problema che riguarda l'unghia, ma la pelle: un taglio errato dell'unghia o l'uso di scarpe troppo strette fanno infiammare la pelle che circonda l'unghia, che a volte arriva anche ad infettarsi.

La pelle cresce in modo anormale sopra l'unghia, provocando dolore, gonfiore e a volte anche infezione con presenza di pus.

L'ipercheratosi (il cosiddetto callo) è un ispessimento della cute, dovuto in genere allo sfregamento o al contatto continuo con un corpo estraneo.

Tra le cause che possono portare alla formazione di ipercheratosi ai piedi, le più comuni sono un appoggio scorretto del piede e l'uso di calzature non adatte (strette, troppo alte o troppo basse).

Quando questi ispessimenti diventano tali da provocare dolore questo farà sì che il soggetto, nel tentativo di evitare il dolore, appoggerà il piede in modo diverso e quindi scorretto, con conseguenze posturali.

Le ipercheratosi si possono eliminare con piccoli interventi effettuati da personale specializzato e con l'utilizzo di appositi strumenti sanitari.

## ESAME PODOLOGICO

Dopo un'anamnesi generale si effettua l'esame obiettivo che si può schematicamente dividere in due fasi:

- ricerca di alterazioni anatomiche
- ricerca di alterazioni funzionali.

Alla prima fase appartengono ispezione e palpazione e si rilevano:

- alterazioni della cute
- alterazioni delle unghie
- alterazioni osteo-articolari (es. alluce valgo, dito a martello, ecc..)

Alla seconda:

- esame biomeccanico nel suo complesso
- esame strumentale.

L'esame biomeccanico è basato fondamentalmente sulla conoscenza dell'anatomia e della meccanica dell'apparato locomotore e si suddivide in tre fasi:

- esame articolare
- esame strumentale (odoscopio, podobarometria computerizzata, ecc..)
- analisi della deambulazione.



## INOLTRE

Il Podologo consiglia il tipo di calzatura adatta alla tipologia di piede del paziente.

Se la scorretta deambulazione o l'alterazione osteo-articolare (es. alluce valgo, dito a martello)

lo richiedono, compito del podologo è consigliare e confezionare un plantare adeguato a contenere e non far aggravare il problema.

## TRATTAMENTI LOCALI

- Riduzione di ipercheratosi cutanee,
- riduzione di ipertrofie e deformità ungueali, di lamine micotiche, ipercheratosi sub e periungueali,
- riduzione di unghie incarnite,
- medicazioni locali,
- feltraggi.

## TRATTAMENTI ORTESICI

- Ortesi ungueali
- Ortesi in silicone

(hanno funzione sia protettiva in caso di ipercheratosi sia di aiuto e compenso nello svolgimento biomeccanico del ciclo del passo in caso di deformità delle dita)

## PLANTARI

Chiusi dentro scarpe troppo strette, coperti, trascurati, colpevolmente ignorati, difficilmente i piedi sono al centro dell'attenzione quando si tratta di cure mediche.

Eppure i piedi sono il tramite tra il suolo ed il corpo umano e ne sopportano tutto il peso.

Essi sono fondamentali per il nostro movimento ma sono anche organi sensoriali perché trasmettono al cervello impulsi che determinano la nostra postura e il nostro equilibrio.

Il loro benessere è inoltre fondamentale perché un dolore dei piedi può essere il campanello di allarme di un problema che origina in altre parti del corpo.

L'importanza della corretta cura dei piedi è riconosciuta soprattutto dalla medicina orientale; lo si chiede al riflessologo che si ispira alla tradizione cinese,

al posturologo e al podologo; tutti diranno che dalla salute dei piedi deriva la salute di tutto il corpo.