

Voetproblemen - Blaren, eeltvorming en likdoorns

Blaren

Bij hevige wrijving verdedigt uw huid zich met een noodmaatregel: blaarvorming. Blaren zijn dan ook een veel voorkomend probleem voor sporters. De blaarbodem vormt in 24 uur een nieuwe huid. Voor een snelle genezing en ter voorkoming van infecties moet de blaar gesloten blijven, maar om de genezing te bevorderen kunt u het vocht eruit drukken. Ter voorkoming van infecties ontsmet u eerst het gebied rondom de blaar met jodium, daarna maakt u met een gedesinfecteerde naald aan de zijkanten van de blaar een gaatje en drukt u de blaar voorzichtig leeg met een steriel gaasje tot de bovenkant verkleeft met de bodem. Plak tot slot de blaar af met een pleister.

Eeltvorming

Eelt is een natuurlijke beschermlaag van onze huid, die ontstaat op drukpunten. Bij voeten zijn dat bijvoorbeeld de plaatsen waarop we staan, de bal en de hiel. Bij veel mensen wordt die beschermlaag te dik en veroorzaakt pijn bij het lopen. Ook kan eelt ontstaan boven op de tenen of op de teentoppen door te nauwe schoenen. Om eelt daar zoveel mogelijk te voorkomen, zijn schoenen met de goede maat dus erg belangrijk.

Likdoorns

Een likdoorn is een sterke eeltvorming op een klein gebied van de huid. Dit eelt wordt door de druk van de schoen op die kleine ruimte in een kegelvorm met de punt naar binnen gedrukt en kan daardoor pijn gaan veroorzaken.

Heeft u last van overtollig eelt en/of likdoorns, gaat u dan vooral zelf niet snijden. Als medisch pedicures kunnen wij veilig en eenvoudig de overtollige eelt en likdoorns verwijderen, de oorzaken daarvan bepalen en eventueel preventieve maatregelen, indien mogelijk, adviseren.