

RHAGADEN VERSTEHEN

Rhagaden sind mehr als nur kleine Risse in der Haut – sie können für Betroffene mit erheblichen Beschwerden und Funktionsbeeinträchtigungen einhergehen. Besonders an den Füßen treten sie häufig auf, etwa an den Fersen oder in den Zehenzwischenräumen. Doch was führt zur Entstehung, und welche Maßnahmen sind zur Prävention und Behandlung sinnvoll?

Das Wort Rhagade stammt aus dem Griechischem und Fissur aus dem Lateinischen, umgangssprachlich auch als Schrunde bekannt. Doch welche Arten gibt es? Wie lassen sie sich therapieren, und welche Rolle spielen dabei die Podologen? Rhagaden gehören zu den allgemeinen

Hauterkrankungen, den Dermatosen. Es befinden sich Risse oder Spalten in der Haut, die besonders häufig an den Fersen auftreten. Diese Risse können unangenehm sein und zu Schmerzen, Blutungen und Infektionen führen, insbesondere dann, wenn sie nicht richtig behandelt werden. Bereits bei der Befundung erkennen

wir durch Sicht- und Tastbefund, mit welcher Effloreszenz, Hautveränderung oder Erhabenheit wir es zu tun haben. Es kann sich nämlich bei Rhagadenbildung auch eine Ichthyosis dahinter verbergen oder die Psoriasis palmarum et plantarum. Man sieht an Hand- oder Fußflächen scharf begrenzte Erytheme mit festen



6 Pflegeempfehlungen

- 1. Feuchtigkeitsspendende Behandlungen:** Empfehlen Sie Ihren Kunden regelmäßig eine feuchtigkeitsspendende Fußcreme oder Schrundensalbe, um die Haut weich und geschmeidig zu halten. Achten Sie darauf, dass die Creme auch stark beanspruchte Bereiche wie die Fersen abdeckt. Tragen Sie die feuchtigkeitsspendende Creme idealerweise nach dem Duschen oder Baden auf, wenn die Haut noch leicht feucht ist, um die Feuchtigkeit einzuschließen.
- 2. Entfernung überschüssiger Hornhaut:** Verwenden Sie einen Bimsstein oder eine Fußfeile, um überschüssige Hornhaut sanft zu entfernen. Dies sollte nach einem Bad oder einer Dusche erfolgen, wenn die Haut weicher ist. Bitte nicht zu oft und übermäßig anwenden, da sonst durch die Reibung noch mehr Hyperkeratose entsteht. Dies sollte vorsichtig geschehen, um nicht zu viel Hornhaut auf einmal zu entfernen, da dies zu Reizungen oder sogar zu Wunden führen kann.
- 3. Vermeiden von Druck und Reibung:** Tragen Sie gut sitzende Schuhe, die genügend Platz für die Zehen bieten und Druckstellen vermeiden. Bewährt haben sich bei Bedarf Einlegesohlen oder Polster, um Druck auf bestimmte Bereiche zu reduzieren, speziell dann, wenn man längere Zeit stehen oder gehen muss.
- 4. Schützende Maßnahmen:** Testen kann man auch nachts bei besonders trockenen oder rissigen Fersen spezielle Feuchtigkeitssocken oder -hüllen, um die Feuchtigkeit einzuschließen und die Heilung zu fördern. Barfuß gehen auf harten Oberflächen ist zu vermeiden, insbesondere im Freien, um Verletzungen und Reizungen zu verhindern.
- 5. Medizinische Behandlungen:** Bei tieferen Rhagaden oder starken Beschwerden kommen wir als Podologen wieder ins Spiel, denn eine akkurate Behandlung ersetzt keine Eigenbehandlung. Wir können dann spezielle Salben oder Cremes verkaufen, um die Heilung zu beschleunigen oder Infektionen (bedingt) zu behandeln. In einigen Fällen kann eine regelmäßige (alle vier bis sechs Wochen) professionelle podologische Behandlung einschließlich des Entfernens von überschüssiger Hornhaut und der Behandlung von Rhagaden erforderlich sein.
- 6. Regelmäßige Kontrolle und Pflege:** Überprüfen Sie regelmäßig die Füße auf Anzeichen von Rhagaden, Rissen oder anderen Problemen. Eine frühzeitige Behandlung kann das Risiko von Komplikationen verringern. Setzen Sie eine regelmäßige Fußpflegeroutine fort, um die Gesundheit der Füße langfristig zu erhalten.

gelblichen Schuppen, die schmerzen können.

BEHANDLUNG MIT DEM SKALPELL

Wie bereits erwähnt, wird bei Rhagaden immer im Verlauf der Risse gearbeitet. Großflächige Verhornungen werden mit einer größeren Klinge abgetragen und kleinere mit dem Aesculap-Halter.

Schicht für Schicht ziehen Sie das Skalpell zu sich hin. Achten Sie immer auf den sicheren Griff. Wechseln Sie die Klinge, sobald sie sich stumpf anfühlt oder mit Hautresten zugesetzt ist.

- **Credo-Hobel:** In der Anwendung ist es wichtig, den richtigen Winkel zu beachten, da es sonst eine blutige Behandlung wird. Ich selbst verwende ihn nicht, weil die Sicht auf die Arbeitsfläche verdeckt wird. Zudem sind die Credo-Klingen extrem scharf. Sie werden mit moderatem Druck in einem Zug angesetzt. Den Winkel passt man der Dicke der Hornhaut an. Es darf generell nicht zu viel Hornhaut entfernt werden, weil dadurch der Reiz der Neubildung verstärkt wird. Wenn wir die Patienten kennen, wissen wir meist, wie viel entfernt werden darf.

- **Achtung:** Nur Podologen oder Ärzte dürfen mit Skalpell behandeln!

STERILISIERBARE FEILE MIT EINMALSANDBLÄTTERN

Eine sterilisierbare Feile mit auswechselbaren Einmalsandblättern eignet sich besonders für empfindliche Haut und stark trockene, schuppige Areale.

Nach der Anwendung fühlt sich die Haut spürbar glatter an. Allerdings entsteht während der Behandlung Staub, und der Arbeitsaufwand ist höher als bei der Verwendung rotierender Fräser.

BEARBEITUNG MIT ROTIERENDEN INSTRUMENTEN

Zur Entfernung tief sitzender Hornhaut kommen häufig Diamantschleifer und kleine Rosenkopffräser zum Einsatz.

Die hochoberflächige Bearbeitung mit kühlender Nasstechnik hat sich bewährt, da sie schonend und effektiv zugleich ist.

Alle rotierenden Instrumente haben gemeinsam, dass die Abrasivität durch die Struktur der Arbeitsfläche (Schneidleistung/Verzahnung, Körnung) in Kombination mit der Drehzahl bestimmt wird.

Dabei gilt die Faustregel:

- Kleine Instrumente können mit einer höheren Drehzahl betrieben werden.
- Größere Instrumente erfordern eine niedrigere Drehzahl.

Größere Schleifkörper werden bevorzugt zur Entfernung von verhornter Haut am Rand eines Clavus eingesetzt. Für präzisere Nacharbeiten sind Diamantschleifer mit feiner Körnung eine geeignete Wahl.

HYGIENE UND SICHERHEIT

Einweg-Kappenschleifer sollten aus hygienischen Gründen nur einmal verwendet werden. Bei der Arbeit mit rotierenden Instrumenten ist vorsichtiges, konzentriertes Vorgehen ohne übermäßigen Druck essenziell, da eine übermäßige Hitzeentwicklung vermieden werden muss. Regelmäßiges Absetzen des Fräasers trägt dazu bei, die Haut zu schonen und Verletzungen zu vermeiden.