

DESKUNDIG ADVIES VAN DE VOETVERZORGER

Mooie(re) voeten en nagels

Stel, u heeft zojuist een voetbehandeling gehad bij uw voetverzorgster. Hij of zij heeft bij u een schimmelinfectie van uw huid en nagels geconstateerd. Om ervoor te zorgen dat deze infectie snel is verdwenen en zich niet uitbreidt, moet u het gegeven advies opvolgen. Dit geldt natuurlijk voor alle aandoeningen, het advies wordt immers niet voor niets gegeven. Zelf kunt u echter ook een heleboel doen. Lees de handige tips over de optimale verzorging van uw voeten en teennagels thuis. Zo bent u vlug genezen.

Luister

Uw voetverzorgster heeft verstand van de verzorging van voeten en teennagels. Volg de adviezen dan ook op. Is u een crème geadviseerd, gebruik deze dan ook consequent. Zo ook met een tinctuur voor uw nagels.

Schoeisel

Behandel uw voeten met zorg, voorkomen blijft beter dan genezen. Draag dagelijks schone sokken, het liefst van katoen of wol. Dit zijn natuurlijke producten en het vocht dat uw voeten dagelijks produceren, wordt dan goed opgenomen. Draag schoenen met een lederen buitenschoen én een lederen binnenvoering. Loop in openbare ruimtes niet blootsvoets maar altijd met slippers aan. Dit geldt ook voor hotelkamers. De desbetreffende ruimte kan nog zo goed schoon gemaakt zijn, schimmels zijn bijna niet dood te krijgen. Zolang een schimmelinfectie niet is genezen is

het dan ook verstandig dat u en uw huisgenoten ook thuis slippers dragen. Zo wordt voorkomen dat ook zij geïnfecteerd raken. Als u nieuwe schoenen gaat kopen neem dan eigen sokjes mee. Was daarna goed uw voeten.

Verzorging

Was dagelijks uw voeten, het liefst niet met zeep. Droog daarna uw voeten goed af, ook tussen de tenen. Wrijf uw voeten daarna in met een indringende crème. Uw

ten, geeft dit de schimmel de kans om zich nog verder uit te breiden. Er zijn echter speciale nagellakken in de handel (verkrijgbaar bij uw voetverzorgster) die de nagel niet afsluiten.

Weet wat u heeft

Ondanks de zorgvuldigheid van de fabrikanten kunt u allergische reacties krijgen van verzorgingsproducten. Het is dan uitermate belangrijk om te weten of u inderdaad een allergie hebt. Vraag daarom advies bij uw voetverzorgster. Kenmerken van allergische reacties zijn: rode plekken, jeuk en of een zwelling rond de nagels. Ook kan er irritatie ontstaan rondom de ogen en mond. Als u last heeft van een van deze symptomen, is het verstandig om contact op te nemen met uw voetverzorgster. Hij of zij kan dan vertellen wat u het beste kunt doen.

Bevestig hier het visitekaartje van uw voetverzorgingspraktijk

voetverzorgster kan u adviseren welke crème voor uw voeten geschikt is. Als u 's zomers graag op sandalen loopt, smeer dan uw voeten extra in. Als u zwakke nagels heeft en uw voetverzorgster adviseert om een nagelversterker te gebruiken, loopt u minder kans dat uw nagels ook geïnfecteerd raken.

Lak

Het is niet mooi om een schimmelinfectie aan de nagel te hebben. Het liefst verbergen mensen deze dan ook met een nagellak. Omdat veel lakken de gehele nagel afslui-

Regelmaat

Wilt u uw voeten en teennagels in topconditie houden, maak dan regelmatig een afspraak bij uw voetverzorgster. Daar vindt u ook de juiste producten om uw voeten te verwennen en te verzorgen. Als u handelt zoals hierboven beschreven, voorkomt u verspreiding. Een bezoek aan de huisarts is dan ook niet nodig en de schimmelinfectie zal snel verdwenen zijn. Houd uw voeten en nagels gezond. Geef ze de behandeling die uw voetverzorgster u geadviseerd heeft. Met de juiste behandeling kunt u trots zijn op uw voeten en nagels.

Persoonlijk advies:
