**Podolog czy kosmetyczka?**

**Kiedy coś jest nie tak z naszymi stopami, pierwsza myśl to pokazać się kosmetyczce lub lekarzowi. Ale w wielu wypadkach najlepszym adresem będzie podolog. Szczególnie gdy mamy problemy typu boleśnie wrastające paznokcie, utrudniające chodzenie odciski, pękające pięty czy podejrzenie o grzybicę.**

Generalnie zasada jest bardzo prosta. Jeśli chodzi o upiększenie stóp i ich komfort kierujemy się do kosmetyczki. Ona zajmuje się zdrowymi stopami. Może zrobić pedicure, masaż i poprawić ich wygląd. Ale jeśli coś nam dolega, nawet gdyby to był niezbyt mocny ból w okolicach paznokci, to lepiej wybrać się do podologa. Ponieważ jest to specjalista dysponujący wiedzą medyczną, profesjonalnie zajmujący się pielęgnacją stóp z problemami.

- Do naszego gabinetu przychodzą pacjenci, którzy na co dzień odczuwają dyskomfort i ból stóp – mówi Kamila Wilanowska, podolog z dużym doświadczeniem z Instytutu Podologii Suela w Białymstoku. - Najczęściej są to silne zrogowacenia, pęknięcia, rozpadliny czy wrastające paznokcie. Bywa, że każdy krok jest dla takich osób wyzwaniem. Niejednokrotnie wiąże się to ze stopniowym ograniczeniem codziennej aktywności ruchowej, co z czasem przekłada się na spadek ogólnej kondycji fizycznej.

Wiele z tych problemów podolog jest w stanie rozwiązać szybko i bezboleśnie. A właśnie strach przed bólem i długotrwałą rekonwalescencją czy też obawa przez wielomiesięcznym stosowaniem drogich preparatów jest tym, co często powstrzymuje pacjentów przed pójściem do gabinetu lekarskiego. Wiąże się to też ze społecznym przekonaniem, że np. chirurdzy zajmują się poważniejszymi schorzeniami niż odciski. Im dłużej jednak ktoś odwleka załatwieniem sprawy, tym ból staje się dotkliwszy, a leczenie trudniejsze.

- Wielu pacjentów nawet nie wie, że może skorzystać z usług podologa, i że to jest najwłaściwszy adres – przyznaje Kamila Wilanowska z Sueli. – W przypadku niektórych dolegliwościach, z którymi zamierzają się wybrać do lekarza, możemy pomóc szybciej, bezboleśnie i co najważniejsze tak samo skutecznie. Na przykład usunięcie odcisku, to najczęściej kilkunastominutowa wizyta, która zazwyczaj kończy się uśmiechem, ponieważ ulga jest natychmiastowa.

Tak samo jest z osobami borykającymi się z wrastającymi paznokciami. Perspektywa bolesnego zabiegu wyrwania paznokcia u chirurga spędza sen z powiek, a sam paznokieć staje się problemem nawet podczas snu. Można to z powodzeniem rozwiązać zakładając odpowiednio dobrane klamry i już po chwili zapomnieć o bólu.

Podolog pomoże w przypadku wrastających czy wkręcających się paznokci, głębokich odcisków, pieczenia podeszw stóp (co związane jest z nagromadzonym naskórkiem pod postacią modzeli), pęknięć na piętach, nadpotliwości, zakażeń skóry i paznokci.

Dużą grupą pacjentów Instytucie Podologii Suela są osoby mające problem z grzybicą. Choroba często pojawia się w okresie wczesnowiosennym. O zakażenie nie jest trudno. Obniżona odporność organizmu, skłonność do nadmiernej potliwości, korzystanie z basenu czy sauny zwiększa ryzyko wystąpienia grzybicy. Wizyta u podologa znacznie skróci okres jej leczenia i natychmiast zwiększy komfort chodzenia.

- Dodatkowo w gabinecie podologicznym w łatwy sposób można sobie poradzić z poprzedzającą zazwyczaj grzybicę nadpotliwością, często występującą na przykład u osób intensywnie trenujących – dodaje podolog z Sueli. - Pacjent uzyska u nas również wskazówki dotyczące prawidłowej pielęgnacji takich stóp.

Nie bez znaczenia jest też kameralna atmosfera i miła, dyskretna obsługa z jaką pacjenci spotkają się w Instytucie Suela. Jest to o tyle ważne, że wiele dolegliwości stóp to ciągle tzw. wstydliwe problemy i większość ludzi nie życzy sobie, by ktoś poza specjalistą się o nich dowiedział.