**Gdy wrastający paznokieć nie daje żyć**

**Większość pacjentów mających problem z wrastającymi paznokciami udaje się prosto do chirurga. To błąd. Procedury medyczne są jednoznaczne – mają przynieść natychmiastową ulgę. Zazwyczaj więc kończy się na wyrwaniu paznokcia. Lepszym wyjściem jest wizyta u podologa, który bezboleśnie zaleczy ranę i sprawi, że problem nie będzie nawracał.**

W Instytucie Podologii Suela w Białymstoku około 45 proc. pacjentów zjawia się właśnie z wrastającym paznokciem. I nie są to tylko ludzie, którzy zaszkodzili sobie złym, zbyt obciskającym palce obuwiem lub niewłaściwą pielęgnacją. Zdarza się, że przychodzą mamy z niemowlętami, które były ułożone w łonie tak niefortunnie, że miały ściśnięte stópki i zaczęły im jeszcze wtedy wrastać paznokcie. Pomocy szuka też wielu nastolatków zbyt intensywnie uprawiający sport, na dodatek w nieodpowiednich butach. Problem jest szczególnie niebezpieczny w przypadku cukrzyków – zaniedbanie może tu doprowadzić nawet do amputacji stopy.

- Ból wrastającego paznokcia może być tak wielki, że ludzie potrafią wycinać otwory w butach. Nie są w stanie założyć skarpety czy przykryć stóp kołdrą. Zazwyczaj pojawia się zakażenie i cały palec staje się jedną wielką raną. Chodzenie jest cierpieniem - mówi Małgorzata Popławska, podolog z Instytutu Suela. – Potrzebują szybkiej pomocy, zwyczajowo więc kierują się do chirurga, który likwiduje problem wykonując cięcie klinowe lub usuwa paznokieć całościowo. To bolesny zabieg. Najgorsze jest jednak to, że wyrwany paznokieć ma tendencję do ponownego wrastania. Wchodzi w te same tory, jakby to obrazowo przedstawić i po kilku tygodniach problem powraca. Przyjmujemy pacjentów, którzy mieli wyrywane paznokcie wiele razy i całe życie - jak mówią – się z tym borykają. Przy leczeniu podologicznym można uporać się z problemem raz na zawsze i to bez bólu.

Jednak ciągle profesja podologa, czyli specjalisty zajmującego się zdrowiem i komfortem stóp, nie jest u nas wystarczająco znana. To zawód sytuujący się pod względem kompetencji pomiędzy kosmetyczką, a lekarzem.

Jednak ciągle profesja podologa, czyli specjalisty zajmującego się zdrowiem i komfortem stóp, nie jest u nas wystarczająco znana. To zawód sytuujący się pod względem kompetencji pomiędzy kosmetyczką, a lekarzem.

- Stosujemy z powodzeniem metody naturalne, nieinwazyjne, nie działamy jak chirurg – interwencyjnie. Możemy pacjentowi poświęcić więcej czasu i uwagi oraz doprowadzić do całkowitego wyleczenia – dodaje Małgorzata Popławska. – Podolog zawsze zadaje sobie pytanie dlaczego powstaje dany problem i skupia się na wyeliminowaniu jego przyczyny.

W przypadku wrastającego paznokcia zaczyna się od ugaszania stanu zapalnego. Robi się tzw. tamponadę, to sprytny opatrunek, którego zadaniem jest wchłonąć krew i ropę. Kiedy już z rany nic się nie sączy, podolog zakłada klamrę. Podnosi ona paznokieć i poszerza łożysko, tak, że nowa płytka nie rośnie ograniczana starymi ramami, ma więcej miejsca. Wszystko odbywa się bezboleśnie, a klamrowanie przynosi ulgę już po pierwszej wizycie.

Zdarzają się jednak przypadki, że mimo to paznokieć znowu wrasta, szczególnie jeśli wcześniej wielokrotnie był wyrywany. Czasami też naturalnie, fizjologicznie palec ma taki kształt, że dookoła płytki wyrastają duże, mięsiste wały, co powoduje jej wrastanie. Wtedy pomaga podochirurgia.

- Wykonujemy zabieg plastyki opuszka – wyjaśnia podolog z Instytytu Suela. - Polega on na tym, że ścinamy nadmiar wału okołopaznokciowego, skóra naciągana jest do dołu, tak by odsłonić płytkę. Dzięki temu może ona swobodnie rosnąć. Zabieg ten raz na zawsze niweluje problem wrastającego paznokcia.

Co ważne, po leczeniu podologicznym, ludzie, którzy wcześniej z trudem chodzili, wracają do normalnej aktywności fizycznej, a niektórzy zaczynają nawet uprawiać sport.