

PIELĘGNIARKA U KOSMETYCZKI

Dbamy o nasze **stopy**

Stopy są dla naszego ciała wsparciem, podporą, środkiem lokomocji, łącznikiem z ziemią. Dosłownie i w przenośni. Mogą także być naszą wizytówką, w jaki sposób dbamy o własne ciało i zdrowie. A jak to robić?

DOROTA OGRÓDZKA

kosmetolog

terminarz kosmetyczki: sobota, godz. 14.30 – pani Krysia, lat 60, zabieg nawilżający, makijaż.

Ostatni czas był wyjątkowo pracowity. Jesienią przybywa zabiegów złuszczeniowych, wybielających i regenerujących. Słabnie opalenizna, wychodzą stare przebarwienia, uaktywniają się nowe. Skóra wymaga nawilżenia i regeneracji. Zmienia się aura i światło na zewnątrz. Zauważamy potrzebę zmiany w kolorystyce nie tylko w naszych strojach, ale i w makijażu. Najtrudniejsze są soboty, kiedy wszystkie zapracowane w tygodniu kobiety znajdują wreszcie chwilę dla siebie. I nie tylko pragną zastosowania skutecznej i szybkiej w efekcie pielęgnacji, ale także odpowiednio wykonanego makijażu – często bezpośrednio po zabiegu.

Moja bohaterka jest stałą, wieloletnią klientką. Tym razem poprosiła o szybki i efektowny zabieg na twarz oraz o makijaż koktajlowy. Podczas wykonywania zabiegów zauważyłam jednak kilka drobiazgów. Pani Krysia kilkakrotnie zwróciła mi uwagę na zaduch i brak powietrza – nie pomagało uchylone okno. Musiałam przerwać zabieg, ułożyć klientkę wyżej, włączyć klimatyzację. Kiedy ukladałam ją do zabiegu, spostrzegłam opuchnięte stopy, nadmiernie zrogowaciały naskórek na podszewkach. Dłonie i skóra na twarzy pocity się wyjątkowo, bardziej niż przy poprzednich spotkaniach. Pani Krysia znacząco przybrała

Dezynfekcja obuwia – profilaktyka przeciwgrzybicza

Dezynfekcję (odkazanie) należy przeprowadzić:

- po rozpoczęciu leczenia,
- po jego zakończeniu,
- zaleca się powtórna dezynfekcję po kilku tygodniach (4–12); do uzgodnienia z lekarzem po zakończeniu leczenia,
- w przypadku długotrwałego leczenia i oporności drobnoustrojów proponuje się odkazanie w trakcie leczenia.

Najprościej przeprowadzić taki proces przy użyciu oparów 10% roztworu formaliny. Uwaga: jest to duże stężenie, konieczna jest więc ostrożność w posługiwaniu się nim. Można go kupić w aptece na podstawie recepty od lekarza.

Wszystkie buty i skarpetki umieszcza się razem w szczelnym foliowym worku. Do worka wkłada się naczynie z roztworem formaliny. Powinno być płaskie i szerokie (chodzi o jak największą powierzchnię parowania). Po zawiązaniu worka pozostawia się na 12–18 godzin, najlepiej na 72 godziny, w dość ciepłym miejscu.

Po przeprowadzeniu dezynfekcji skarpetki trzeba uprać, a buty umieścić w przewiewnym suchym miejscu. Uwaga: proszę uważać na zwierzęta domowe, aby nosem i językiem nie dotykały odkazanego obuwia. Buty nie powinny być noszone co najmniej przez 2 dni.

Skarpetki należy wymieniać stopniowo, ale w taki sposób, aby po zakończeniu leczenia wymienić na nowe wszystkie. W miarę możliwości podobnie postąpić z butami. Najlepiej na okres leczenia przeznaczyć buty i skarpetki, które będzie można potem spalić.

Uwaga: wszystkie grzyby mają duże zdolności przetrwania, łatwo więc o nadkażenie po zakończeniu leczenia.

na wadze i wspomniła o problemach z chodzeniem.

– Pani Krysio, jak samopoczucie, czy wszystko dobrze? – zapytałam klientki. – Tak pani Doroto, w zasadzie tak, ale ostatnio czuję się taka zmęczona po dyżurach. I jeszcze te poty, nogi mnie boją, spać nie mogę i proszę sobie wyobrazić, że w ciągu ostatnich trzech miesięcy prawie dziesięć kilogramów przytyłam. A przecież nie objadam się. Koleżanka zrobiła mi na oddziale badania, ale wszystko OK, no prawie, menopauza mi się chyba zaczyna. Ale nie mam czasu wejść do naszej lekarki. Wie Pani, jak to jest, poród za poro-

dem, teraz jeszcze córce pomagam, bo na mieszkanie zbiera, i biegam z wizytami do domów. Widzi pani, jaką mam suchą skórę na dłoniach, jak nie założę podwójnych rękawiczek to wieczorem jakbym pokrzywami się poparzyła. Takie paskudztwo ten Sekusept!

– Pani Krysio – pytałam dalej – a te badania, hormony, cukier sprawdziłyście dokładnie? – Tak, tak, coś tam wiosną mi podskoczyło, koleżanka z laboratorium powiedziała mi, że są jakieś wahnięcia, ale czułam się dobrze. Tej jesieni taki „cienki Bolek” się ze mnie zrobił.

Niepokojące objawy

Kiedy nałożyłam już końcową maskę, pochyliłam się nad nogami mojej klientki. Skóra na goleniach była cienka, sucha, z siecią przebarwień i odbarwień. Widać było niepracujące włókniczki, zaczerwienienia, popękane naczynia. Nogi poniżej kolan oraz stopy były zimne mimo wyżej ułożonych nóg, pozycji leżącej i koca, którym na początku zabiegu okryłam klientkę. Skóra miała kolor bladocienki. Przy dotyku wyczuwało się tklivość i nadmierną wrażliwość na dotyk. Masażu stóp nie mogłabym wykonać. Zauważyłam pogrubienie płytki paznokciowej.

– Pani Krysio, od kiedy wrastają Pani paznokcie u palucha lewej nogi? – zapytałam. – Od jakiegoś czasu, ale w tych moich tre-pach szpitalnych muszę bardzo krótko obcinać paznokcie, bo mnie palce boją, jak je zapuszczę. Tak się przyzwyczaiłam. Zresztą jak Pani wie, ja nie maluję paznokci, przy porodach leje się nam po nogach, czasem to nawet nie mam czasu, aby nogi wytrzeć i zmienić obuwie. Zdarza się, że i Primasept na stopach się znajdzie, to i przy okazji skórę odkazi. Ostatnio tylko bardziej suche te stopy mam i częściej mnie szczypią, i tuszcy się skóra na podszewkach.

Przyjrzałam się podszewkom bliżej. Łuszcząca się skóra, zmacerowany naskórek w przestrzeniach międzypalcowych, modzele i nagiotki.

Chwilę zastanawiałam się, jak poprowadzić rozmowę z klientką, która miała 30-letnie doświadczenie w pracy na oddziale położniczym. W zasadzie mogłabym się uczyć od niej, a nie udzielać porad.

– Pani Krysienko – odezwałam się, zdejmując maskę – proszę zadbać o siebie. Znam Panią od bardzo dawna, nigdy nie miała Pani stóp w takim stanie jak dzisiaj. W trakcie zabiegów raczej Pani spała, niż prosiła o otwieranie okna i wachlowanie. Te wszystkie objawy są niepokojące, zwłaszcza że od kilku miesięcy Pani kondycja nie jest najlepsza.

– Nie najlepsza, dziecko drogie, ja siebie nie poznaję – wykrzyknęła klientka. Ale nie mogę sobie teraz pozwolić na chorowanie, za niedługo gwiazdka, święta trzeba będzie wy-szykować, syn ze Szkocji przyjeżdża, wnusia

