

# Konzept-Fußpflege nach Maß

Jeder Fuß ist anders: Der individuelle Hautzustand entscheidet darüber, ob eine Basis-, Intensiv- oder Spezialpflege erforderlich ist. Fragen Sie im Beratungsgespräch nach, um Ihren Kunden **maßgeschneiderte** medizinische Pflegeprodukte anbieten zu können.

Die menschliche Haut ist mehr als eine Hülle: Mit einer Ausdehnung von durchschnittlich eineinhalb bis zwei Quadratmetern und dreieinhalb Kilogramm Gewicht ist sie das größte Organ unseres Körpers. Als Grenzorgan zur Umgebung reguliert sie die Körperwärme, vermittelt Sinneswahrnehmungen und schützt den Organismus vor mechanischen, physikalischen und chemischen Belastungen sowie vor dem Eindringen von Krankheitserregern. Eine gesunde, intakte Haut ist mühelos in der Lage, alle wichtigen Aufgaben und Schutzfunktionen zu erfüllen, denn mit der sogenannten Hautbarriere verfügt sie über einen natürlichen Schutzschild. Diese Barriere übernimmt hauptsächlich zwei Aufgaben: Zum einen schützt sie vor dem Austrocknen, da sie nur eine geringe Verdunstung aus der Haut in die Umgebung zulässt. Zum anderen verhindert sie das Eindringen von Krankheitserregern und schädlichen Substanzen.

Die Hautbarriere besteht aus Hornschichtzellen (Korneozyten), die durch hauteigene Fette (Lipide) zu einem kompakten Zellverbund verdichtet werden. Neben den Fetten liegen in der Hornschicht natürliche Feuchtigkeitsfaktoren vor, die auch als natural moisturizing factors, kurz

NMF, bekannt sind. Zu ihnen gehören unter anderem Aminosäuren, Harnstoff, Milchsäure und verschiedene Zucker. Diese ziehen Wasser aus der Umgebung an und binden dieses sehr effektiv – auch bei geringer Luftfeuchtigkeit. Die gespeicherte Feuchtigkeit verleiht der Haut Elastizität und Spannkraft.

Problematisch wird es, wenn der Haut wichtige Lipide fehlen. Der Grund: Durch Lipidmangel, der unter anderem typisch für reife Haut, aber auch für chronische Hautkrankheiten wie Neurodermitis und Psoriasis sowie für Menschen mit Diabetes ist, wird die Hautbarriere so durchlässig, dass zwischen den Hornzellen gebundene Feuchtigkeit entweichen kann. Ergebnis: Die Haut trocknet aus, verliert an Elastizität und Widerstandskraft, wird rissig und dadurch letztlich auch anfällig für Irritationen und Infektionen.

## Trockenheit hat Konsequenzen

Atopiker, Diabetiker, Senioren und Co.: Viele Menschen klagen über Hauttrockenheit – sehr oft sind die Füße betroffen. Nicht unproblematisch, denn anhaltend trockene Haut kann weiteren Problemen Tür und Tor öffnen. Speziell an den Füßen kann Hauttrockenheit eine vermehrte Bildung von Hornhaut begünstigen. Unter Druckbelastung werden dabei

vermehrt Hornzellen produziert, die den Druck mildern sollen. Trocknet die Haut weiter aus und besteht die Druckbelastung fort, kann die kaum noch elastische Hornhaut schließlich einreißen. Oberflächliche Einrisse in der äußeren Hornschicht werden umgangssprachlich als Schrunden bezeichnet. Sie treten vor allem an stark belasteten Hautpartien im Vorfußbereich, am Großzehenballen und an den Fersen auf. Ist die Hautbarriere rissig, können Krankheitserreger wie Bakterien und Pilze, aber auch Allergene in die Haut eindringen und sich ausbreiten. Das Immunsystem wird aktiviert, Entzündungsreaktionen mit Symptomen wie Rötungen, Juckreiz und Hautbrennen sind mögliche Folgen. Apothekenkunden, die unter derartigen Fußproblemen leiden, äußern im Beratungsgespräch vermutlich, ihre Haut sei besonders empfindlich.

Die aufgezeigten Zusammenhänge machen klar: Trockene Haut ist oft der Ursprung anderer Haut- und Fußprobleme und kann den Hautzustand auf unterschiedliche Weise negativ beeinflussen. Bei den einen führt sie in Kombination mit erhöhter Druckbelastung zu übermäßiger Hornhautbildung, bei den anderen sogar zu schmerzhaften Schrunden, während Dritte durch mikrobielle oder allergische Belastungen eine empfindliche Haut entwickeln. ▶



## AKTION FIT FÜR DIE BERATUNG

**Konzept-Fußpflege für jeden Haut-Typ** Kommt ein Kunde auf der Suche nach einem Pflegeprodukt für anspruchsvolle, zu Trockenheit neigende Fußhaut in die Apotheke, gilt deshalb: Fragen Sie im Beratungsgespräch konkret nach, damit Sie die individuell bestmögliche Pflege anbieten können. Den unterschiedlichen Hauttypen und -bedürfnissen

Harnstoffgehalt, wie zum Beispiel GEHWOL med Hornhaut-Creme, führt zu einer effektiven Hornhautreduktion. Zudem ist es wichtig, für konsequente Druckentlastung zu sorgen.

- Für **rissige Haut** (Schrunden) ist eine regenerierende, lipidhaltige Pflege erforderlich, zum Beispiel GEHWOL med Schrunden-Salbe.

pflanzenextrakt, Urea und Avocadoöl. Der Moorpflanzenextrakt vereint die verschiedenen hautfreundlichen Komponenten aus Isländischem Moos, Torfmoos und dem Farngewächs Engelsüß. Diese Pflanzen sind von Natur aus reich an hydratisierenden Stoffen, die sie effektiv vor dem Austrocknen schützen. Mit ihnen füllt der Pflege-Schaum die Feuchtigkeitsdepots der Haut auf und verbessert ihre Festigkeit. Urea (Harnstoff) ist einer der wichtigsten Stoffe unter den natürlichen Feuchthaltefaktoren der Haut. Er speichert Feuchtigkeit auch in tieferen Hautschichten, während Moorpflanzenextrakt den Wassergehalt vor allem in den oberen Bereichen der äußeren Hornschicht erhöht. Zudem verfügt Urea über eine hornhautreweichende Wirkung und hilft, Verhornungen vorzubeugen. Nachtkerzenöl und Avocadoöl erfüllen in der Rezeptur des Schaums hautschützende Funktionen. Das aus den Samen der Nachtkerze gewonnene Öl zeichnet sich durch seinen hohen Gehalt an Linolsäure und Gamma-Linolensäure aus. Die mehrfach ungesättigten Fettsäuren stärken die Hautbarriere und unterstützen die natürliche Hautfeuchtbalance. Das wirkstoffreiche und milde Avocadoöl hat ähnlich nützliche Eigenschaften. Es regt die Zellregeneration an und beugt Feuchtigkeitsverlusten vor.

Weisen Sie im Beratungsgespräch darauf hin, dass sich die hochwertige, auch für Diabetikerhaut geeignete Schaumpflege besonders leicht anwenden lässt, schnell einzieht und dabei nicht fettet. Durch diese spezifischen Produkteigenschaften ist der GEHWOL med Express Pflege-Schaum eine interessante Alternative für Kunden, die sich eine effektive, aber schnelle und einfache, beispielsweise auch unterwegs anzuwendende Fußpflege wünschen.

**Pflegeplus für lipidarme Haut** Apothekenkunden mit trockener, fettarmer Fußhaut, die zudem womöglich zu stärkerer Verhornung neigt, können Sie das reichhaltigere Pflegeprodukt **GEHWOL med Lipidro**

### ÜBERMÄSSIGE HORNHAUT? DRUCKENTLASTUNG TUT NOT!

An sich ist Hornhaut am Fuß natürlich und nützlich, denn schließlich bietet sie Schutz vor äußeren Einflüssen wie mechanischen Belastungen. Normalerweise besteht dabei ein Gleichgewicht zwischen dem Verhornungsprozess der Hautzellen sowie ihrer Abschuppung in der Hornschicht. Ist die Haut jedoch zu stark beansprucht, sei es durch Druck, Reibung oder eine Verletzung, gerät diese Balance ins Ungleichgewicht. An stark beanspruchten Stellen wie der Ferse, der Großzehe oder am Fußballen entstehen dann übermäßige Verhornungen (Hyperkeratosen). Die Hornschicht verdickt sich, um die tiefer liegenden Hautschichten zu schützen. Im Übermaß kann diese an sich sinnvolle Hautreaktion zu Beschwerden, Schmerzen und Problemen beim Gehen führen. Um übermäßige Hornhaut zu beseitigen, hat sich die Kombination aus geeigneter Hautpflege (z. B. mit GEHWOL med Hornhaut-Creme) und konsequenter Druckentlastung bewährt. Spezielle Druckschutzpräparate wie Vorfuß- und Ballenpolster leisten gute Dienste. Beratungstipp: Empfehlen Sie Ihren Kunden Produkte aus besonders elastischem Polymergel. Das hochwertige Material zeichnet sich durch einen hohen Tragekomfort aus und passt sich dem Fuß wie maßgeschneidert an. Für noch besseren Halt, Tragekomfort und Flexibilität gibt es Polymergel-Produkte von GEHWOL ganz neu in der Apotheke auch mit Bandage oder Elastikbinde. Vor allem an Problembereichen wie dem Vorfuß (GEHWOL Vorfußpolster mit Bandage oder in der weniger sichtbaren und daher besonders bei offenen Schuhen geeigneten Variante mit Elastikbinde) oder dem Ballen (GEHWOL Ballenpolster mit Elastikbinde, GEHWOL Vorfuß- und Ballenpolster mit Elastikbinde GEHWOL Ballenpolster mit Zehenteiler) wird mit dem anschmiegsamen, elastischen Material übermäßiger Hornhaut effektiv vorgebeugt.

gerecht wird das breite medizinische Fußpflegesortiment von GEHWOL med, das maßgeschneiderte Produkte für die Basis-, die Intensiv- und die Spezialpflege bietet.

- Für **normale bis trockene Haut** gut geeignet ist eine hochwertige, feuchtigkeitsspendende Basispflege für die tägliche Anwendung, zum Beispiel der neue GEHWOL med Express Pflege-Schaum.
- Für **sehr trockene Haut** bedarf es einer nachhaltigen Fett- und Feuchtigkeitspflege, wie sie zum Beispiel GEHWOL med Lipidro Creme bietet. Zusätzlich schützt die Creme vor Hornhautbildung.
- Für **übermäßige Hornhaut** gilt: Eine Intensivpflege mit hohem

- Für **empfindliche Haut** bietet sich eine Spezialpflege mit Mikrosilber und Ceramiden an, die vor Infektionen schützt, Symptome wie Juckreiz und Hautrötungen lindert und gleichzeitig die Hautbarriere regeneriert. Diesen Anforderungen entspricht zum Beispiel GEHWOL med Sensitive mit mit MicroSilver BG™.

**Extra-Portion Feuchtigkeit** Eine gute Empfehlung für die tägliche Pflege bei normaler bis trockener Fußhaut ist der neue **GEHWOL med Express Pflege-Schaum**, der die Haut sofort mit Feuchtigkeit versorgt. Der 4-fach Hydrokomplex kombiniert vier leistungsstarke Inhaltsstoffe: Nachtkerzenöl, Moor-

**Creme** empfehlen. Sie spendet langanhaltende Feuchtigkeit und reduziert den Feuchtigkeitsverlust durch Regeneration der natürlichen Hautschutzfunktionen. Dazu gehört übrigens auch die Hautdurchblutung. So konnte in einer aktuellen Studie<sup>1</sup> mit Typ-2-Diabetikern nachgewiesen werden, dass GEHWOL med Lipidro Creme auch die Mikrozirkulation der Haut um 16% verbessert. Diese Eigenschaft könnte vor allem dann ein Vor-

gespezialist **GEHWOL med Hornhaut-Creme**. Regelmäßig zweimal täglich angewendet reduziert die intensive Pflege übermäßige Hornhaut in 15 Tagen um durchschnittlich 70 Prozent und beseitigt sie in 28 Tagen nahezu vollständig. Das konnte in Studien gezeigt werden. Verantwortlich für die effektive Wirkung gegen übermäßige Verhornungen ist die Rezeptur: Der mit Glycerin und Allantoin verstärkte hohe Harnstoff-

dukt enthält in seiner ausgewogenen Rezeptur ausgewählte hautfreundliche Fette wie Lanolin, die die Haut wieder geschmeidig machen, sowie medizinische Spezialseife zur Erweichung der harten Hornschicht. Zusätzlich unterstützen aktiviertes Zinkoxid, der Kamillenwirkstoff Bisabolol und Panthenol die Hautregeneration, sodass rissige und trockene Fußhaut wieder geschmeidig und widerstandsfähig wird.

**„Die Wirksamkeit eines Fußpflegeproduktes ist stets von seiner Gesamt Rezeptur abhängig. Nicht der einzelne Stoff entscheidet über den Nutzen, sondern das Zusammenspiel aller Stoffe sowie die Verarbeitung in einer spezifischen Pflegegrundlage.“**

teil sein, wenn trockene Haut eine Folge geringer Hautdurchblutung ist. Bei Diabetikern zum Beispiel kann dies der Fall sein. Die nachhaltige Fett- und Feuchtigkeitspflege überzeugt durch ihr galenisches Konzept: Der hohe Harnstoffgehalt von zehn Prozent bindet Feuchtigkeit und wirkt hornhauterweichend, Sanddorn- und Avocadoöl regulieren den Lipidgehalt der Haut, Algenextrakt schützt vor Feuchtigkeitsverlust, Allantoin fördert die Regeneration der Haut, Farnesol wirkt antibakteriell und desodorierend. Dank ihrer Formulierung erhöht GEHWOL med Lipidro Creme die Hautfeuchtigkeit (Hydratation), schützt vor Feuchtigkeitsverlust sowie übermäßiger Hornhautbildung, sorgt für eine ausgeglichene Hydro-Lipid-Barriere sowie eine verbesserte Mikrozirkulation der Haut. Die Rezeptur ist für Diabetiker geeignet. Raten Sie Kunden mit sehr trockener Haut, die medizinische Fußpflegecreme regelmäßig zweimal täglich anzuwenden.

Für die kurmäßige Anwendung über vier Wochen konzipiert ist der Pfl-

gehalt sorgt für eine intensive Hydratation der Hornschicht, wodurch die Wasserstoffbrücken der Hornzellen aufgebrochen werden und die Zellen normal abschuppen können. Gleichzeitig wird die Haut durch hautfreundliche Lipide geschützt, gestärkt und geschmeidig gehalten. Seidenextrakt spendet Feuchtigkeit und glättet die Hautoberfläche. Tipp: Empfehlen Sie Ihren Kunden, die Füße im Anschluss an die mehrwöchige Intensivkur mit GEHWOL med Hornhaut-Creme regelmäßig mit GEHWOL med Lipidro Creme zu pflegen und auf diese Weise der Neubildung übermäßiger Hornhaut entgegenzuwirken.

**Besondere Rezepturen sind gefragt** Durch extreme Hauttrockenheit und übermäßige Verhornung verliert die Fußhaut an Elastizität und Reißfestigkeit. Die Folge sind oft Hauteinrisse. Sie erfordern es, die Fußpflege anzupassen. Gut geeignet zur regenerierenden Pflege bei Schunden ist die **GEHWOL med Schunden-Salbe**. Das Pflegepro-

Reagiert die trockene, eventuell auch rissige Haut empfindlich auf Bakterien, Pilze und Allergene, äußert sich dies typischerweise mit Symptomen wie Juckreiz, Brennen und Hautrötung. Eine hochwertige Spezialpflege für die trockene und gleichzeitig empfindliche Haut ist **GEHWOL med Sensitive** mit Dreifach-Wirkenschutz: Die Fußpflegecreme schützt die Haut mit MicroSilver BG<sup>TM</sup>, einem hochreinen, nanofreien Mikrosilber vor Infektionen, reduziert mit patentierten Wirkstoffen Juckreiz und Rötungen und stabilisiert mit Ceramiden und Mandelöl gleichzeitig die natürliche Schutzfunktion der Haut. ■

*Andrea Neuen,  
Freie Fachjournalistin*

Quelle:

1. Braun N et al. Akt Dermatol 2018; 44: 144-151; DOI <https://doi.org/10.1055/s-0043-123149> (Online-Publikation: 22.1.2018)