

Rekonstrukcja paznokci stóp - kiedy i jak można ją przeprowadzić

Ubytki paznokci stóp mogą mieć różne przyczyny – od uszkodzeń mechanicznych po zmiany chorobowe. Uszkodzenia mechaniczne powodują powstanie podpaznokciowego krwiaka, który schodząc może spowodować także zejście części lub całego paznokcia. Ale wiele ubytków paznokci spotyka się po zabiegu chirurgicznego usunięcia paznokcia np. przy wrastaniu. Po takim zabiegu często uszkodzona jest macierz i łożysko co skutkuje brakiem prawidłowego wzrostu lub zahamowaniem odrostu naturalnej płytki. W zmianach chorobowych najczęściej mamy do czynienia z ubytkami na paznokciach zdrewniałych, grzybiczych lub paznokciach, gdzie płytka paznokcia odkleja się od łożyska (onycholiza).

We wszystkich tych przypadkach **można zrobić rekonstrukcję płytki paznokciowej lub założyć protezę paznokcia**. Robi się to po to, by uszkodzone lub zbyt krótkie paznokcie nie były podrażniane, bo takie uszkodzenia mogą doprowadzać do stanów zapalnych, wrastania paznokcia i bolesnych obrzęków. **Przeciwwskazaniem do wykonania rekonstrukcji** są paznokcie z grzybicą potwierdzoną badaniem mykologicznym. Takie paznokcie należy wcześniej wyleczyć, oczyścić, a potem poddać rekonstrukcji.

Rekonstrukcja paznokci stóp polega na użyciu specjalnej masy żelowej w celu uzupełnienia brakującej części paznokcia. Warunkiem zrobienia rekonstrukcji masami żelowymi jest paznokciec pacjenta w co najmniej 1/3 jego długości. Dodatkowo płytka naturalnego paznokcia musi być oczyszczona i wolna od grzybicy, a paznokcie kruche i zdrewniałe muszą być dokładnie ofrezowane i oczyszczone. Masy żelowe stosowane do rekonstrukcji paznokci oprócz właściwości przyklepnych mają składniki antygrzybiczne, co oznacza, że zapobiegają powstawaniu starych i nowych stanów. Ale (uwaga!) rekonstrukcja paznokcia nie jest leczeniem!

Masy żelowe stosowane przez podologa są elastyczne i podczas chodzenia, czyli pracy poszczególnych mięśni palców zrekonstruowany paznokciec nie pęka ani się nie deformuje. Oczywiście wytrzymałość założonej masy na paznokciu uzależniona jest od indywidualnego przypadku i jest czynnością jednorazową, którą powinno się powtarzać wraz ze wzrostem paznokcia.

Jak można uniknąć ubytków paznokci?

- Ochroniaj palce stóp przed nadmiernym uciskiem czy uderzeniami.
- Jeżeli zauważysz pierwsze objawy przypominające krwiak pod paznokciem – skontaktuj się jak najszybciej z podologiem.
- Wrastających paznokci nie daj sobie zrywać chirurgicznie. Wykorzystaj inne dostępne metody, które pomogą Ci pozbyć się tego problemu np. [korekcja Kostka Arkady](#) lub [korekcja kłamrami podologicznymi](#).
- Skorzystaj z możliwości umówienia się na wizytę u podologa by dowiedzieć się czy ubytek na Twoim paznokciu nadaje się do rekonstrukcji. Podolog może zastosować odpowiednie odciążenie, a jeśli zajdzie potrzeba zrobi od razu rekonstrukcję płytki paznokcia.

Rekonstrukcja płytki paznokcia nie jest zabiegiem bolesnym i daje bardzo dobry i natychmiastowy efekt kosmetyczny. Jeśli paznokcie Twoich stóp nie do końca Ci się podobają albo jesteś po zakończonym zabiegu przeciwgrzybiczym i Twoje paznokcie wymagają zmiany wyglądu, to zrób to w naszym Gabinetie Zdrowe Stopy.

W kolejnym odcinku „STOP(Y)niowania” opowiem Wam, dlaczego warto dbać o stopy nie tylko ze względów estetycznych, ale przede wszystkim zdrowotnych.

Joanna Kowalewska (Gabinet Zdrowe Stopy)