



PODOLOGIE IM FOKUS

Alles Wissenswerte über Fußgesundheit und präventive Pflege





Vorwort

Unsere Füße tragen uns tagtäglich durchs Leben, doch oft schenken wir ihnen erst Beachtung, wenn Beschwerden auftreten. Dabei sind gesunde Füße ein wichtiger Grundpfeiler für unser Wohlbefinden und unsere Mobilität.

Umso wichtiger ist es, eine vertrauenswürdige Anlaufstelle zu haben, die sich um Ihre Fußgesundheit kümmert. Die Podologie Ostalb ist eine Podologie-Praxis mit Sitz in Aalen, die Patienten aus dem gesamten Ostalbkreis versorgt.

Mit diesem Gesundheitsratgeber möchten wir nicht nur unsere lokalen Patienten unterstützen, sondern auch all jene informieren, die nicht vor Ort sind, damit sie fundierte Entscheidungen für ihre Fußgesundheit treffen können.

Sie finden hier wertvolle Informationen zu Behandlungsmöglichkeiten, häufigen Fußproblemen und praktische Tipps für den Alltag.

Viel Freude beim Lesen und alles Gute für Ihre Gesundheit!

Euer Podologie Ostalb Team

Inhaltsverzeichnis

Podologie	6
Was ist ein Podologe?	7
5 Fragen und Antworten zur Arbeit von Podologen	8
Unterschied zwischen Fußpflege und Podologie	10
Häufige Fragen und Antworten zur medizinischen Fußpflege	12
Gruppe 1: Allgemeine Fragen	13
Gruppe 2: Ablauf	15
Gruppe 3: Verschreibung	15
Gruppe 4: Qualifikation	16
Podologie-Ausbildung	17
Ablauf der Ausbildung zum Podologen	18
Die Ausbildung im Faktencheck	19
Wie schwer ist die Ausbildung in der Podologie?	21
Kosten der Podologie-Ausbildung	22
Podologie-Kosten für Selbstzahler und Kassenpatienten	23
Was kostet eine Behandlung in der Podologie?	24
Kosten für Nagelspannen	26
Kosten für eine podologische Behandlung	26
Unsere Preise	27
Podologische Therapie: Die Heilmittelverordnung	28
Was ist die podologische Therapie?	29
3 Indikationen für eine podologische Therapie	30
Anamnese	31
Die 4 Arten einer Anamnese in der Medizin	32
6 Fragen und Antworten zur Anamnese in der Medizin (FAQ)	33
Ablauf einer Anamnese in der medizinischen Fußpflege	34
Genetische Disposition	35
Genetische Prädisposition vs. äußere Einflüsse	36
Genetische Disposition in der Podologie	37

Häufige Fußprobleme und Veränderungen im Alter	38
Veränderung an den Füßen im Laufe des Lebens	39
Häufige Fußprobleme	40
Podologische Komplexbehandlung	41
Was ist eine podologische Komplexbehandlung?	42
Der Ablauf in 7 Schritten	43
Voraussetzungen	44
Die podologische Komplexbehandlung bei Diabetes	44
Wer trägt die Kosten?	45
Hyperkeratose (Hornhaut)	46
Die Bedeutung von „Hyperkeratose“	47
Wie entstehen Hyperkeratosen?	48
Verschiedene Arten von Hyperkeratose	49
Ablauf einer Hyperkeratose Behandlung	50
Hornhaut mit Hausmitteln entfernen	51
Hühnerauge (Clavus)	52
Was ist ein Hühnerauge?	53
Hühnerauge oder Warze?	54
Hühnerauge am kleinen Zeh	57
Hühneraugen bei Kindern	59
Behandlung von Hühneraugen	60
Dornwarzen	61
Ursachen und Symptome	62
Entfernung von Dornwarzen	63
Prävention und Behandlung	64
Dornwarzen an der Fußsohle	65
Dornwarzen loswerden – Welches Hausmittel hilft?	67
Eingewachsener Nagel	69
Wie sieht ein eingewachsener Nagel aus?	70
Vorbeugung eingewachsener Nägel	71
Was kann man bei einem eingewachsenen Nagel tun?	71

Nagelprothetik	74
Was ist Nagelprothetik?	75
Haltbarkeit bei Nagelprothetik	76
Gründe für den Einsatz von Nagelprothetik	76
Verdickter Zehennagel (Holznagel)	77
Definition und Merkmale	78
Ursachen	79
Behandlung	79
Vorbeugung	80
Nagelspange	81
Verwendung von Nagelspangen in der Podologie	82
Wer bezahlt die Nagelspange?	84
Wie lange muss man eine Nagelspange tragen?	85
Fußpilz	86
Ursachen und Risikofaktoren	88
Symptome und Arten	90
Häufigkeit: Wie häufig kann man erkranken?	91
Verlauf & Diagnose	92
Vorbeugung & Behandlung	93
Was hilft am besten gegen Fußpilz?	94
Medikamente gegen Fußpilz	96
Cremes und Salben gegen Fußpilz	100
Fußpilz-Spray	101
Behandlung von Fußpilz mit Tabletten	104
Lamisil – Schnelle Hilfe bei Fußpilz	106
Clotrimazol bei Fußpilz: Ein zuverlässiger Wirkstoff	108
Fußpilz bekämpfen: Können Hausmittel helfen?	110
Teebaumöl und Fußpilz: Eine natürliche Lösung?	113
Fußbad gegen Fußpilz: Wirksam oder Mythos?	116
Die richtige Fußpilz-Behandlung in der Schwangerschaft	117
Nagelpilz	121
Mit Nagelpilz zur medizinischen Fußpflege – geht das?	123
Mit Nagellack effektiv gegen Fußpilz handeln	124
Glossar	126
Impressum	130



Podologische Komplexbehandlung

Was ist eine podologische Komplexbehandlung?	42
Der Ablauf in 7 Schritten	43
Voraussetzungen	44
Die podologische Komplexbehandlung bei Diabetes	44
Bekommt man auch mit anderen Diagnosen eine podologische Komplexbehandlung?	44
Wer trägt die Kosten?	45

Was ist eine podologische Komplexbehandlung?

Die podologische Komplexbehandlung ist eine spezielle Form der medizinischen Fußpflege und umfasst mehrere Schritte.

In diesem Kapitel stellen wir den genauen Ablauf vor und erklären die Besonderheiten dieser Behandlung.

Gemäß der Heilmittel-Richtlinie (HeiM-RL) des Gemeinsamen Bundesausschusses wird die podologische Komplexbehandlung als „gleichzeitige Hornhautabtragung und Nagelbearbeitung“ definiert.



Es handelt sich folglich um eine Kombination aus mehreren podologischen Therapieformen.

Der Zweck einer podologischen Komplexbehandlung ist die fortschreitende Erkrankung beider Füße aufzuhalten und Konsequenzen, wie z.B. offene Wunden und Amputationen zu vermeiden.

WUSTEN SIE SCHON?

In verschiedenen Studien wurde festgestellt, dass dank podologischer Therapiemaßnahmen etwa 40 Amputationen unterer Gliedmaßen im Jahr vermieden werden konnten.

Diese Zahlen sprechen nicht nur für den eindeutigen positiven Effekt der Podologie, sondern auch für ihre unmittelbare Notwendigkeit in der modernen Medizin.

▼ Bild 9: Kürzen des Nagels mit Hilfe eines Schleifgerätes



Der Ablauf in 7 Schritten

In der Praxis geht der Ablauf einer podologischen Komplexbehandlung weit über die Definition der Heilmittelverordnung hinaus. Erfahrene Podologen machen sich einen ersten Eindruck, sobald der Patient die Fachpraxis betritt, denn bereits anhand vom Gang, können sie erste Rückschlüsse auf mögliche Fußleiden ziehen.

Der allgemeine Verlauf einer podologischen Komplexbehandlung lässt sich in 7 übersichtliche Schritte aufteilen (siehe Tabelle). Ausgehend von der Lage des Patienten, liegen die einzelnen Schritte im Ermessen des behandelnden Podologen und können variieren, um eine optimale Versorgung zu sichern.



Dauer

Die podologische Komplexbehandlung hat eine durchschnittliche Dauer von 30 bis 50 Minuten.
Generell gilt: Für eine Erstbehandlung lieber mehr Zeit einplanen!

Die Dauer möglicher Folgetermine kann der Podologe erst nach der ersten Sitzung abwägen.

▼ Tabelle 7: Behandlungsformen bei Nagelpilz

Schritte	Was wird gemacht?
1. Anamnese	Neben möglichen Risikofaktoren wird die medizinische Vorgeschichte des Patienten erfasst und Raum für ein vertrauensvolles Kennenlernen geschaffen.
2. Untersuchung	Die Füße des Patienten werden gründlich auf sichtbare, aber auch subtile Auffälligkeiten, untersucht.
3. Diagnose	Nun erfolgt die Diagnose und die Erstellung eines individuellen Behandlungsplans unter Berücksichtigung der Informationen aus der Anamnese, sowie weiterer Empfehlungen vom überweisenden Arzt.
4. Hygienemaßnahmen	Vor der eigentlichen Behandlung werden die Füße des Patienten sorgfältig gereinigt.
5. Therapie	Die Abtragung der Hornhaut und die Bearbeitung der Nägel werden unter Einsatz unterschiedlicher Instrumente vorgenommen.
6. Nachgespräch	In einem beratenden Gespräch zeigt der Podologe auf, welche vorbeugenden Maßnahmen daheim umgesetzt werden können und gibt Tipps zur allgemeinen Fußpflege.
7. Dokumentation	Abschließend wird der Verlauf der Behandlung genau protokolliert und die entsprechenden Dokumente archiviert.

Voraussetzungen

In der Regel ist die Voraussetzung für die Verordnung einer podologischen Komplexbehandlung die Feststellung der Notwendigkeit durch einen Haus- oder Facharzt. Ob die Kosten gänzlich oder teilweise übernommen werden, kommt auf die Versicherung an. Eine podologische Komplexbehandlung kann sowohl auf Kassen-, als auch auf Privat Rezept erfolgen.

Bei einem Privat Rezept werden die Podologie-Kosten zunächst vom Patienten übernommen und anschließend bei der Krankenversicherung eingereicht.

WUSSTEN SIE SCHON?

Während Privatrezepte ab der Ausstellung 3 Monate gültig sind, muss ein Kassenrezept binnen 28 Tagen eingelöst werden.

Innerhalb von diesem vorgegebenen Zeitraum, muss der Podologe mit der Behandlung anfangen.



Um welche Art von Rezept es sich handelt, lässt sich an der Farbe erkennen.

Die podologische Komplexbehandlung bei Diabetes

Lange Zeit war das diabetische Fußsyndrom (DFS) eine der Hauptindikationen für eine podologische Komplexbehandlung.

Die Diagnose geht mit einer Beurteilung der Füße nach der Wagner-Armstrong-Klassifikation (Bild 10, Seite 46) einher. Diese Einteilung dient der Feststellung in welchem Stadium sich das diagnostizierte diabetische Fußsyndrom befindet und welche Behandlungsmöglichkeiten notwendig sind.

Eine stadiengerechte Wundversorgung ist wichtig, um weitere Schäden zu vermeiden!

Eine podologische Komplexbehandlung darf laut Heilmittelverordnung bei einer Feststellung des Wagner-Grades 0 und in den Armstrong-Stadien A bis D durch einen Podologen erfolgen. Ab dem Wagner-Grad 1 ist eine ärztliche Behandlung notwendig, die eine Überweisung zum Chirurgen oder Dermatologen erfordert.



Achtung Ausnahme!

Eine Ausnahme stellt die Behandlung eingewachsener Zehennägel dar, die auch beim Wagner-Grad 1 durch einen Podologen vorgenommen werden darf.

Voraussetzung ist allerdings eine vorangehende ärztliche Verordnung.

Bekommt man auch mit anderen Diagnosen eine podologische Komplexbehandlung?

Auch wenn die podologische Komplexbehandlung weiterhin häufig bei Diabetes verordnet wird, können seit 2020 auch Patienten mit anderen Erkrankungen ein Rezept bekommen. Dazu zählt das komplette oder teilweise Querschnittssyndrom, sowie diverse Erkrankungen des Nervensystems, die eine krankhafte Schädigung am Fuß bedingen können.

Wer trägt die Kosten?

Der Prozentsatz einer möglichen Beihilfe und damit auch die Kosten, können bei der podologischen Komplexbehandlung variieren.

Wer Mitglied einer gesetzlichen Krankenversicherung ist, muss mit einem Eigenanteil von etwa 10 % und einer Verwaltungsgebühr von 10 Euro rechnen. Das hängt jedoch von der Krankenversicherung ab und sollte vor der Behandlung unbedingt erfragt werden.



Übernahme von Kosten

Die Kosten für eine podologische Komplexbehandlung werden von gesetzlichen Krankenkassen komplett übernommen, wenn man nach der Heilmittelverordnung 13 von der Zuzahlung befreit ist.

▼ Grafik 2: Wagner-Armstrong-Klassifikation

Wagner-Armstrong-Klassifikation

Beschreibung des diabetischen Fußsyndroms mittels der kombinierten Wagner-Armstrong-Klassifikation

		Wagner-Grad					
		0	1	2	3	4	5
Armstrong-Stadium	A	Prä- oder postulzerative Läsion	Oberflächliche Wunde	Wunde bis zur Ebene von Sehne oder Kapsel	Wunde bis zur Ebene von Knochen oder Gelenk	Nekrose von Fußteilen	Nekrose des gesamten Fußes
	B	mit Infektion	mit Infektion	mit Infektion	mit Infektion	mit Infektion	mit Infektion
	C	mit Ischämie	mit Ischämie	mit Ischämie	mit Ischämie	mit Ischämie	mit Ischämie
	D	mit Infektion und Ischämie	mit Infektion und Ischämie	mit Infektion und Ischämie	mit Infektion und Ischämie	mit Infektion und Ischämie	mit Infektion und Ischämie

Quelle: Morbach S et al. Diabetisches Fußsyndrom, ©Diabetologie 2012; 7. S. 143-151