

Мозоль, натоптыш, кожный рог: что, где, когда?

Мозоль (от рус. диалектного "мосолить" - тереть, жать, производя зуд и боль), натоптыш, кожный рог – это утолщенные и твердые участки кожи. Мозоли могут образовываться на стопах, в области коленных суставов и на руках. Разнообразные по размерам, толщине и твердости мозоли образуются, когда кожа пытается защитить себя от трения или давления.

Признаки и симптомы мозолей

- Толстый, грубый участок кожи,
- Повышенная чувствительность или боль под этим участком кожи,
- Шелушащаяся, сухая или восковая кожа.

Мозоль и вирусная бородавка: в чем отличия?

Часто мозоль принимают за **вирусную подошвенную бородавку**, однако это разные поражения кожи и лечение у них принципиально отличается.

Подошвенная бородавка в отличие от мозоли часто болезненная.

Более точную диагностику можно провести при удалении с образования (мозоли или бородавки) поверхностных слоев кожи. После удаления тканей с мозоли обнажается гладкая прозрачная кожа с четко отграниченной желтовато-коричневой прозрачной серединой, нарушающая нормальное строение кожи. При подошвенной бородавке после удаления верхних слоев кожи появляется четко отграниченное образование, иногда представленное мягкими увлажненными тканями белого цвета или центрально расположенными черными точками (точечные кровотечения), представляющими собой тромбированные капилляры.

Нужно ли лечить мозоли?

Специфического лечения мозоли не требуют, они могут исчезнуть при обнаружении и устранении источника трения или давления на участок кожи с мозолью.

Если мозоль стала очень болезненной или воспаленной, в срочном порядке обратитесь к врачу.

Если у Вас сахарный диабет или недостаточный кровоток на конечностях, обратитесь за медицинской помощью к врачу, прежде чем заниматься самолечением мозоли. Это важно, потому что даже незначительная травма стопы может привести к образованию открытой раны (язвы), заражению и гангрене!

Основные причины образования мозолей

- Ношение неудобной и опасной обуви, неподходящих стелек и тесных носков,
- Ношение обуви без носков,
- На руках при игре на музыкальных инструментах, профессиональной деятельности с ручным инструментом,
- Редко при отягощенной наследственности на подошве и ладонях могут образовываться мозоли без влияния трения и давления (кератодермия).

Возможные осложнения мозолей

При наличии сахарного диабета и недостаточного кровотока на нижних конечностях (атеросклероз) мозоль может привести к образованию раны, инфицированию и гангрене. При наличии мозоли и указанных заболеваний в срочном порядке обратитесь к врачу - подологу, который уберет мозоль и предотвратит осложнения.

Любая мозоль на стопе влияет на ходьбу. Человек с мозолью старается ставить стопу и ходить так, чтобы мозоль не вызывала боль, из-за этого страдает все тело, которое вынуждено искривляться и подстраиваться под мозоль, в связи с этим появляются боли в других частях (шея, спина, поясница).

Профилактика

Простые решения помогут Вам защитить стопы от образования мозолей:

- Носите обувь, в которой пальцам достаточно места. Если Вы не можете пошевелить пальцами ног, значит обувь слишком тесная,
- Покупайте обувь, когда Ваши стопы наиболее отечные, обычно в конце дня,
- Если Вы используете ортопедические стельки и корректоры пальцев, обязательно наденьте их во время примерки обуви в магазине,
- Используйте защитные покрытия (фетровые материалы, наклейки, немедикаментозные мозольные подушечки или повязки) на участках, которые трутся об Вашу обувь,
- Можно подобрать или изготовить мягкие силиконовые разделители для пальцев стоп при наличии межпальцевых мозолей,
- Надевайте мягкие перчатки при работе с ручным инструментом. Или попробуйте обклеить рукоятки инструментов тканевой лентой.

Лечение

- Ручное механическое удаление мозолей (осуществляет врач-подолог!, используя скальпель и фрезы педикюрного аппарата);
- Применение кератолитиков на основе мочевины (вещество, способное безболезненно размягчать мозоли). Кератолитики нельзя наносить на здоровую кожу и без назначения врача,
- Использование ортопедических стелек (ортезов). Стельки позволяют выровнять стопы, активировать слабые мышцы стоп и голеней, равномерно распределить нагрузку на подошвенную поверхность и, таким образом, улучшить подвижность и устойчивость стоп и всего тела.
- Лечебная физкультура проводимая с инструктором! позволяет правильно активировать слабые мышцы стоп и голеней, что обеспечивает нормальную их анатомию и функцию и позволяет без специальных приспособлений (стелек и корректоров пальцев) иметь здоровые и красивые стопы.
- При необходимости (слепота, пожилой возраст, одинокое проживание, неизлечимые заболевания опорно-двигательного аппарата, сахарный диабет и др.) требуется регулярная помощь специалиста по уходу за стопами (врача - подолога).

Устраняя причины образования мозолей стопах (неправильные обувь, стельки, носки и др.), Вы помогаете всему телу!

В Центре подологии «ЦКБ с поликлиникой УДП РФ» на высоком профессиональном уровне проводятся диагностика, лечение и профилактика различных заболеваний стопы.

Запись на консультацию по телефонам:

- Контакт-центр: +7 (495) 530-01-11 ежедневно с 8.00 до 20.00
- Нет возможности позвонить? Мы с Вами свяжемся: обратный звонок.