

Как избавиться от трещин на пятках?

Жуткое это дело – трещины в пятках. Ходить без носков или гольфов – неэстетично, кроме того, трещины расширяются и страшно болят. Некоторые вообще не могут ходить в обуви с открытыми пятками. Ноги очень чувствительны, и трещины образуются практически моментально при переходе на открытые задники.

Ощущения при этом: колющие боли, затем режущие, одновременно кожа становится грубой и толстой, трещина сначала неглубокая, потом длиннее и шире. Заживление проходит медленно и тяжело.

Одну из моих пациенток тоже не обошла эта напасть. Ее пятки стали предметом номер один для домашних разговоров. Процедуры их оздоровления занимали заметное время, убивая настроение и досуг.

Все попытки избавиться от трещин кончались тем, что к осени все затихало, а в разгар лета возобновлялось. Причина образования неясна, результатов нет, более того, с каждым годом все хуже и хуже.

Вопросы о природе трещин и о том, как от них избавиться, можно увидеть на громадном количестве форумов.

Научное объяснение этому выглядит так:

«Трещины на пятках относятся к МЕХАНИЧЕСКИМ ДЕРМАТИТАМ.

Причины, вызывающие такое состояние кожного покрова – как механические повреждения (тесная обувь), так и биохимический локальный дефект кожных покровов: нарушение белкового, аминокислотного обмена, снижение активности некоторых ферментов, недостаточность витаминов группы «А» и «Е».

Также причиной этого заболевания могут быть различные ЭНДОКРИНОПАТИИ – заболевания щитовидной железы, сахарный диабет и пр. гормональные заболевания».

Обратите внимание: нарушение обмена (белковый, аминокислотный) и снижение активности ферментов.

Кажется, все ясно! Осталось только одно – наладить все как следует.

И вдруг (как всегда, неожиданно-негаданно) приходит в голову мысль, что нарушения обмена могут быть связаны с ухудшением кровоснабжения пяток. А откуда к пяткам приходит кровь? Правильно догадались – из места, откуда ноги растут. И что же теперь – порку устраивать для оживления этого процесса?

– Нет, – сказал я, – мы пойдем другим путем.

Вместо порки был применен иппликатор Кузнецова. Улучшение наступило буквально на третий день: ушла острая боль. По мере продвижения процесса высиживания иппликатора уменьшилось время и обработки ран, и их заживления.

Проверка эффективности проводилась в течение двух лет. Заключение – можно рекомендовать всем, есть хороший результат.

Итак, для того, чтобы избавиться от трещин в пятках, надо:

1. Ежедневно сидеть на иппликаторе Кузнецова не менее 15 минут.
2. Для обработки трещин рекомендуется использовать препараты на основе алоэ.

Лечение требует терпения и соблюдения правил гигиены.

Гигиена: иппликатор не такая безобидная вещь, как это кажется, он может вызвать проколы кожи и, соответственно, на иглах иппликатора может появиться кровь.

Как избавиться от трещин на пятках

Автор: admin

07.08.2011 20:17 -

Если это случится, обработайте ягодицы спиртом (одеколоном, водкой, виски, коньяк тоже годится), а иппликатор промойте в слабом растворе хлорки.

На всякий случай можно постелить на иппликатор что-нибудь не очень толстое – его иголки должны работать.

Терпение: сидеть надо год без перерыва. Процедура небезболезненная, но результативная.

Увы, других рекомендаций у меня сегодня нет. Появятся – выложу на страницах «ШЖ».

Для интересующихся – народные средства ухода за пятками.

Автор - **Борис Рохленко**

[Источник](#)