

**PODIATRICKÉ**



1/2022

# listy

Mezioborový zpravodaj  
České podiatrické společnosti z.s.

## **Sjezd ČPS 2022**

**Syndrom diabetické nohy  
komplexní informace pro pacienty**

**Výživa u pacientů s ránou na dolní končetině**

## **Pes Equinovarus**

**Jak lze pozitivně i negativně ovlivnit  
vývoj dětské nohy**

## **Chirurgie nohy**

Cena 89 Kč / PRO ČLENY ČPS ZDARMA

[www.podiatrie.cz](http://www.podiatrie.cz)



# profi-pedikura.cz<sup>®</sup>

SPECIALISTA NA KRÁSNÉ A ZDRAVÉ NOHY

Specializovaný obchod s nejširším a kompletním vybavením pro obory pedikúra/podologie v ČR/SR

- Odbornost/poradenství
- Odborné kurzy a semináře Ostrava/Praha/Bratislava
- Zastoupení 30 značek
- Skladem 2.500 položek
- Doručení do 48 hodin
- Vlastní, rychlý servis přístrojů
- Splátkový prodej ODELcredit
- Vydavatelství odborné literatury

## hadewe



Největší výběr podologických přístrojů s odsáváním a sprejových přístrojů v ČR/SR



TOPSELLER 2014-2021

## PODOPHARM<sup>®</sup> PROFESSIONAL

Nejocenenější řada profesionálních přípravků na nohy, ruce a tělo - již 26 ocenění



Velký výběr fréz na pedikúru a manikúru



HFL laboratories  
Supplier of your patented product line



FungiCheck – Onychomykóza  
Testovací sada pro diagnostiku dermatofytů

## Spirularin<sup>®</sup>

Přírodní přípravky s aktivním extraktem z řasy Spirulina



Vydavatelství odborné literatury  
ODEL LABORATORIES, s.r.o. DOPORUČUJE:



## ODEL LABORATORIES, s.r.o.

BEAUTY | MEDICAL | PUBLICATION



## ÚVODNÍ SLOVO PREZIDENTA ČESKÉ PODIATRICKÉ SPOLEČNOSTI



### Vážení členové České podiatrické společnosti a čtenáři podiatrických listů,

musím se bohužel opět obrátit na současné covidové období, které nás všechny jakýmsi způsobem nemálo poznamenalo. Ve společnosti pozorujeme umělou tvorbu společenských bariér postavenou na pohledu jednotlivců k očkování pro tuto nemoc. Poměrně dost se obávám dalších nemocí, které by mohly podobným způsobem jako Covid opět rozdělit postoje lidí k tomuto onemocnění, a samozřejmě se obávám všech následků, které by mohly opět nastat. Výsledky politicko-epidemiologických rozhodnutí nás nutí zamyslet se nad odborností našich čelních představitelů a dopadu jejich rozhodnutí na naše profese, což se podepsalo také na počtu „filozofických“ článků v našich podiatrických listech. Nicméně podívejme se objektivně například na naše sousední Slovensko, kde podmínky poskytovaných služeb v oboru pedikúry jsou nyní mnohem horší než na naší domácí půdě.

I přes to všechno doba jde dál a je nutno si uvědomit, že kdo nejde s dobou, jde postupně sám proti sobě. V současné době plánujeme vybudování oboru Podiatrie v ČR a to nejen teoreticky, ale i prakticky. Jednáme na poli univerzit a spolupracujeme s občanskými spolky. Důsledky mých jednání se podepsaly také v tomto čísle. Nyní máte možnost přečíst si například zajímavý článek o spolku Achilleus nebo článek od doc. Hromádky, který je předsedou společnosti pro operativu nohy. Dále probíhají jednání na poli IPVZ ohledně zřízení funkčního kurzu Podiatrie pro lékaře a také organizujeme kurz pro pedikérky pod vedením naší společnosti.

V lednu tohoto roku jsem se stal v řádné demokratické volbě evropských členských států FIP členem výboru ECP (European council of podiatrists). Kolega PaedDr. Frána spolupracoval při tvorbě nových webových stránek Mezinárodní federace podiátrů (k náhledu jsou k dispozici na: <https://www.fip.global/>).

Závěrem bych Vám všem nesmírně rád poděkoval za Vaši každodenní práci, která nejednou zachránila dolní končetiny, ulevila od bolesti nebo jen potěšila krásnou a příjemnou péčí o tělo. Všechny tyto dílčí části naší práce vytvářejí mozaiku, která tvoří celek, Podiatrii.

Přeji klidné dny, hodně úspěchu a těším se na osobní setkání na akcích ČPS.

**MUDr. Miroslav Koliba, MBA, MHA, LL.M.**



### VYDÁVÁ

Česká podiatrická společnost z.s.  
IČO: 26541327

### PŘEDSEDA REDAKČNÍ RADY

MUDr. Miroslav Koliba, MBA, MHA, LL.M.

### ŠÉFREDAKTOR

MUDr. Miroslav Koliba, MBA, MHA, LL.M.  
[podiatrie@gmail.com](mailto:podiatrie@gmail.com)

### ADRESA REDAKCE

Česká podiatrická společnost z.s.  
Zdravotní středisko Vratimov,  
Frýdecká 936/59, 739 32 Vratimov  
e-mail: [podiatrie@gmail.com](mailto:podiatrie@gmail.com)

### REDAKČNÍ RADA

předseda redakční rady:  
MUDr. Koliba, MBA, MHA, LL.M.  
členové redakční rady:  
PaedDr. Frána, MBA, MHA, LL.M.  
MUDr. Miroslav Havrda  
MUDr. Jaroslav Lux Ph.D.  
Mgr. Eva Ptáčková  
Jana Výmolová  
Ing. Jana Vašková

### TISK A GRAFIKA

Hofí Studio (602 352 134)  
Cena: 89,- Kč  
Pro členy zdarma  
Vychází 2–3x ročně

### EVIDENČNÍ ČÍSLO PL

MK ČR E 14206  
ISSN 2336-7725

### INZERCE 2/2021

Odel Laboratories, s.r.o.  
Zentiva, k. s., G.P.S. Ofa s.r.o.  
ConvaTec Česká republika s.r.o.  
BisBis s.r.o., Coneta s.r.o.  
Mölnlycke Health Care s.r.o.  
veletrh FOR BEAUTY

Uzávěrka PL č. 2/2022 – 30. 6. 2022

Foto: archiv autorů článků &  
©Dreamstime





# Pozvánka

## na 21. sjezd České podiatrické společnosti z.s.

Vážení členové a přátelé podiatrie,  
dovoluji si Vás pozvat na 21. sjezd České podiatrické společnosti, který se bude konat **14. května 2022** v Praze.

### Místo konání

**Paspův sál**, 1. patro budovy pivovaru Staropramen a.s.  
(nad restaurací Potrefená husa)  
Nádražní 84, Praha 5, 150 54

### Dopravní informace

Metro B Anděl (výstup na Knížecí)  
Tramvaj zastávka - Na Knížecí (7, 12, 14, 20, 54)  
Bus zastávka - Na Knížecí  
Vlak (kousek se nachází Smíchovské nádraží)  
Auto (P v centru Anděl 3 hodiny zdarma)

### Termín pro zaslání přihlášky

**7. 5. 2022**

Registraci na sjezd provádějte prosím  
na email: [podiatrie@gmail.com](mailto:podiatrie@gmail.com)  
do předmětu emailu napište  
prosím SJEZD

### Stravování

bude zajištěno formou rautu.  
Poplatek za oběd bude 500 Kč a platí se  
přímo na místě.

### Další informace

Při prezenci předkládejte ke kontrole  
průkaz člena s nalepenou členskou  
známkou na rok 2022.  
V případě, že jste členskou známku  
neobdrželi, připravte si doklad  
o zaplacení (stává se to v případě,  
že platba nebyla identifikována)  
Nečlenové ČPS z.s. platí částku 1000 Kč

Po celou dobu konání sjezdu bude probíhat  
doprovodná výstava firem s možností koupě  
zboží za výhodné ceny.

## ODBORNÝ PROGRAM

9.00 – 9.30	Registrace účastníků
9.30 – 9.40	Úvodní slovo prezidenta ČPS
9.40 – 9.45	Zahájení a volba členů do komisí: mandátová, návrhová, volba skrutátorů
9.45 – 10.00	Zpráva 1. a 2. viceprezidenta
10.00 – 10.20	Zpráva prezidenta společnosti - Přehled dění ve společnosti za uplynulý rok - Zpráva o hospodaření za rok 2021, schválení rozpočtu na rok 2022 - Připomenutí ověřené registrace člena společnosti - Vzdělávání v podiatrii
10.20 – 10.30	Volba vedení sekce fyzioterapeutů a lékařské sekce
10.40 – 11.00	Cofee Break
11.00 – 11.15	Syndrom diabetické nohy – od prevence k léčbě · MUDr. Miroslav Koliba
11.15 – 11.35	Přednáška generálního sponzora ConvaTec Česká republika s.r.o. Avelle – NPWT v praxi · MUDr. Šimůnková
11.35 – 11.50	Přednáška hlavního sponzora Zentiva, k.s. Amnioderm - moderní a dostupná terapie pro hojení ran · Bc. Zdeňka Dolejšová
11.50 – 12.05	Přednáška hlavního sponzora Mölnlycke Health Care s.r.o. Nové možnosti terapie syndromu diabetické nohy · Miriam Pospíšilová
12.05 – 12.20	Přednáška hlavního sponzora Coneta s.r.o. – Přístroje pro pedikérskou praxi Jarmila Lopatová
12.20 – 12.30	Kuří oko – clavus na pedikúře · Jana Výmolová
12.30 – 12.40	Onychomykóza v pedikérské praxi · Mgr. Eva Ptáčková
12.50 – 13.00	Mobilní aplikace - moderní nástroj on-line komunikace Karel Merany, obchodní ředitel APPKEE s.r.o.
13.00 – 14.00	Oběd
14.00 – 14.15	Vrozená vada "koňská noha" – léčba a život s touto vadou Stanislava Bašatová, ředitelka Achilleus z.s.
14.15 – 14.30	Edukační program o dětské noze a projekt „Bosá stezka“ · Ing. Jana Vašková
14.30 – 14.45	Základy aplikace tejpů a příklad využití u hallux valgus PaedDr. Michal Joshua Frána, MBA, MHA, LL. M.
14.45 – 15.00	Hallux valgus a deformity prstů nohou – moderní přístup k operativě doc. MUDr. Hromádka Ph.D.
15.00 – 15.15	Nejčastější příčiny bolesti Achillové šlachy a možnosti řešení · Mgr. Pavla Rybová
15.15 – 15.45	Schválení Usnesení 21. sjezdu ČPS z. s.
15.45 – 16.00	Závěr sjezdu





# Pes Equinovarus

## koňská či golfová noha



### Stáňa Bašatová

Po narození své dcerky s vrozenou ortopedickou vadou v roce 2007 hledala pomoc a informace. Mnoho informací v té době o vadě pes equinovarus v českém jazyce nebylo. Na základě vlastní potřeby vytvořila v roce 2009 první informační webové stránky a následně založila pacientskou organizaci Achilleus, která působí jako poradenské centrum pro rodiče dětí i dospělé s touto vadou. Díky nezištné pomoci druhým získala v roce 2018 ocenění Laskavec od Nadace Karla Janečka a stala se Ženou roku 2019.



**Dnes nejčastější vrozená ortopedická vada, a přesto se o této vrozené nemoci ví mezi rodiči i širokou veřejností velmi málo. Děti s touto vrozenou vadou se rodí v České republice průměrně 200 ročně.**

Laicky řečeno se děťátko narodí s chodidly (mohou být postižené obě nohy nebo jen jedna) vtočenými dovnitř a dozadu. Tvar chodidla připomíná golfovou hůl a název vychází i z anglického „club foot“. Dříve se této deformitě lidově říkalo „koňská noha“ a její výskyt sahá daleko do historie. Z historických osobností touto vadou trpěl např. faraón Tutanchamon či Goebbels.

Tuto vrozenou deformitu se daří zhruba ve 30% případů objevit už na ultrazvuku na začátku druhého trimestru. Někdy se lékaři rozhodnou pro další vyšetření k vyloučení přidružených vad, které ale nejsou moc časté. Dříve se stávalo, že lékař nabídl mamince ukončení těhotenství. Avšak dnešní léčba poskytuje výrazně lepší vyhlídky na plnohodnotný život. Další vývoj dítěte probíhá stejně jako u zdravých dětí.

Maminka Jaroslava vypráví: „První screening byl v pořádku. Na druhém screeningu v 21. týdnu těhotenství už se ale ultrazvuk paní doktorce nezdál. Po dlouhém mlčení se s námi začala velmi opatrně bavit o nález, který při vyšetření našla. Jednalo se o nožičku, která vypadala jako „hokejka“. Vysvětlila nám, že naše miminko bude mít pes equinovarus. Doporučila nám odběr plodové vody a genetickou konzultaci. Vše proběhlo v následujících dnech, neboť paní doktorka chtěla vyloučit další možné vývojové vady. Nakonec se potvrdila pouze tato jediná odchylka. I přes to se nás paní doktorka zeptala, zda neuvažujeme o přerušení těhotenství. Ani ve snu nás to nenapadlo a naše rozhodnutí bylo jasné. Paní doktorka nám sdělila naprosto vyčerpávající informace o této vadě, dala nám kontakty na Nemocnici na Bulovce a odkázala nás na stránky Achillea, kde jsme dohledali plno informací. I když jsme byli seznámeni s tím, co nás čeká, stejně jsem si pokládala otázky, proč zrovna my musíme mít takové starosti, jestli to zvládneme, zda bude naše děťátko vůbec někdy chodit apod..“



Při prvním pohledu se novopečené mamince může zdát, že její dítě se na nohy nikdy nepostaví a nebude běhat. Nožky však lze snadno napravit novou tzv. Ponsetiho metodou a ve většině případů není dítě pohybově ani jinak v budoucnu omezeno.

Ponsetiho metoda je levná, efektivní a především neoperativní. Malá nožka je s týdenními rozestupy specificky manipulována a je na ni nasazena sádra – od prstíků až po horní konec stehna. Tento proces se většinou opakuje 5x až 6x. Sádrová fixace umožní natažení šlach a vazů v noze a dopřává čas kostem, aby díky správným tlakům rostly, jak mají.

„Přišel den D, kdy se narodil náš Fanoušek. První má slova po porodu byla, jaké má miminko nožičky. Partner odpověděl, že nožičky jsou opravdu vtočené, ale že náš klučiček je krásný a jinak zdravý. Od první chvilky jsem milovala i jeho nožičky, kterých jsme se tak moc báli. Na první sádrování jsme šli 10. den po porodu. Bylo to náročné. Fanouškovi nožičky dost otékaly, tak jsme ze začátku jezdili každý den na povolování sádry. Nakonec jsme měli 5 sáder a Fandu čekala tenotomie achillovky. Vše proběhlo v pořádku.“ líčí první dny po narození Fanouška paní Jaroslava.

Po sérii sáder obvykle následuje tzv. tenotomie, operativní přetnutí Achillovy šlachy. Jedná se o malý zákrok v místní nebo krátké celkové anestezii, kdy je Achillovka přetnuta 5 milimetrů dlouhým řezem. Šlacha se zhojí pod poslední sádrou, která na noze zůstane 3 týdny.





Díky samoléčebnému potenciálu novorozenců a malých dětí se Achillova šlacha zcela uzdraví a silně sroste dohromady v prodloužené pozici.

V těsné návaznosti na tenotomii následuje nošení speciálních dlah. Jsou to v podstatě stranově neutrální botičky upevněné na tyči, které drží nohy ve správném postavení po dobu růstových spurtů.

Dlahy se ze začátku nosí 23 hodin denně, tato doba se postupně snižuje na dobu denního a nočního spánku. V průměru děti nosí dlahy po dobu 4 let. V souvislosti s denním nošením dlah se rodiče někdy potýkají s otluky od pásků, které se v některých případech vyvinou až v dekubity. Je potřeba pečlivě dbát na výběr a úpravu ponožek v dlahách, aby nějaký záhyb nezpůsobil zbytečný problém.

„Po tenotomii nasadila paní doktorka Fandovi dlahy, nejdříve na 23 hodin, poté na 16 hodin, denní a noční spaní. Dlahy Fanda měl do 3 let a snášel je docela dobře. Když bylo Fandovi 3 a půl roku, začala jedna nožička zlobit a bylo jasné, že Fandíka čeká v budoucnu operace. Při kontrole v necelých 4 letech bylo rozhod-

nuto, že operace tzv. transpozice šlachy proběhne po prázdninách. Vše probíhalo podle plánu, malého jsem mohla doprovodit až před sál a i po operaci jsem si pro něj mohla zase před sál dojít. Po operaci byla nožička v sádře celkem 6 týdnů. Po sundání sádry byla nožka velmi zesláblá a bylo potřeba ji znovu zapojit do běžného života. A jelikož jsme nyní ve fázi, kdy ji zapojujeme a snažíme se ji rozhodit, tak tím náš příběh zatím končí.“

Ponsetiho metoda je velmi úspěšná a ve většině případů není potřeba žádná operace. U malého procenta dětí v souvislosti s prudkým růstem mezi 3. a 5. rokem ale nastává recidiva vady a operace – obvykle transpozice předního holenního svalu – je nakonec nutná. Stále však jde jen o zákroky v měkkých tkáních, které v budoucnu nepůsobí velké potíže, na rozdíl od velkých korekčních zákroků skeletu.

### **PES EQUINOVARUS A DOSPĚLÍ**

Ačkoliv výše popsanou Ponsetiho metodu vyvíjel dr. Ignacio Ponseti téměř půl století, v České republice převládalo její použití až v posledním desetiletí.





Odhadem je v ČR touto vrozenou vadou postiženo přibližně 20 000 osob. Současní dospělí pacienti procházeli v minulosti výrazně odlišnou léčbou. Stěžejním bodem tehdejší léčby byly především rozsáhlé korekční operační zásahy, které následně vedly k postupnému omezování pohybu, zvyšování bolestí a dalším potížím. Není výjimkou, že dnešní dospělý pacient má za sebou 7 a více operací chodidel.

Tito pacienti mají většinou ZTP a jsou v částečném nebo i plném invalidním důchodu. Kromě vrozené deformity chodidel mají dospělí pacienti i další obtíže, jako například bolesti zad a krční páteře. Velkým problémem jsou i kožní defekty, jako velké jizvy, kuří oka, dekubity a významné otlaky na chodidlech, které znesnadňují chůzi. Kvůli netypickému tvaru chodidla je často nutné nosit jen na míru šité ortopedické boty.

Bohužel, pro tyto dospělé pacienty je už jen málo možností, jak svým bolavým nohám levit.

## Spolek Achilleus

Spolek sdružuje rodiny s dětmi s diagnózou pes equinovarus congenitus. Jedním z cílů je prosazování zkvalitňování zdravotní péče o děti s diagnózou pes equinovarus nebo s jinou vrozenou pohybovou vadou s využitím nejnovějších poznatků a neefektivnějších diagnostických a léčebných postupů a zejména pak prosazení Ponsetiho metody léčení dětských nožek. Dalším cílem je také rozvoj všestranné spolupráce a partnerské komunikace mezi rodiči a odbornou a laickou veřejností. Spolek organizuje setkávání pacientů, provozuje půjčovnu dlah (pro děti, které z vlastních dlah vyrostly a nemají zatím nárok na další placené pojišťovnou) a zastupuje a prosazuje zájmy dětských i dospělých pacientů. ●

**Více na [www.achilleus.cz](http://www.achilleus.cz) • [www.ponseti.cz](http://www.ponseti.cz)**

# Výživa u pacientů s ránou na dolní končetině



**Mgr. Kamila Bolechová, RNT**

LF OSU, Ústav epidemiologie a ochrany veřejného zdraví  
SZŠ a VOŠZ, Ostrava – Mariánské Hory

**Skladba potravy a zdravý životní styl je významným faktorem jak v léčbě, tak v prevenci diabetu mellitu II. typu (DM II. typu). Výskyt DM II. typu v populaci stoupá a může pacientům významně zkracovat život. Dodržováním správné dietoterapie můžeme maximalizovat dobu do nástupu pozdních komplikací diabetu.**

Onemocnění může probíhat řadu let nerozpoznáno, proto jsou už v době stanovení diagnózy často přítomny komplikace. Komplikace cukrovky se vyvíjejí pět a více let především u těch pacientů, kteří nedostatečně dodržují léčebný režim a dietní opatření. Poškozeny mohou být cévy a nervy kdekoliv v těle. Poruchy postihují ve zvýšené míře oči, ledviny, dolní končetiny, krevní oběh, trávicí ústrojí a močopohlavní orgány. Není možné předvídat, jaká komplikace se u kterého diabetika projeví. Určitou roli tady hraje dědičnost. Další komplikace mohou být zamlžené vidění, snížení vnímání sladké chuti, svědění, neobvyklá žízeň, ospalost, únava, kožní infekce, pomalé hojení ran, bolesti nohou a mravenčení chodidel (1, str. 261). Změna životního stylu, především úprava způsobu stravování a zvýšení fyzické aktivity, je velmi jednoduchou, levnou a úspěšnou cestou prevence a léčby diabetu (1, str. 262). Zkušenost je však taková, že spolu-

práce pacientů je bohužel nízká. Pacienti často volí jednodušší způsob, a to cestu farmakologickou. K podpoře hojivých procesů je potřeba dostatek energie. Pacient s chronickou nebo obtížně se hojící ránou musí být řádně živěn. Nutriční stav pacienta nám vypoví, jak a zda vůbec se rána bude hojit. Malnutričním pacientům se rány hojí obtížněji. Máme na mysli například bércové vředy, dekubity, rozpadové rány pooperační, diabetické defekty apod. (2, str. 150).

## DIABETES MELLITUS (CUKROVKA)

Diabetes mellitus je onemocnění charakteristické výskytem nadměrného množství cukru v krvi (hyperglykémie). Jedná se tedy o poruchu metabolismu cukru (sacharidů). Dá se říci, že toto onemocnění se může vyskytovat v každém věku a postihuje obě pohlaví. Onemocnění může vypuknout náhle nebo ho může zjistit obvodní lékař při preventivní prohlídce. U řady pacientů lze onemocnění zvládat minimální medikací, racionální změnou stravy a pravidelnou tělesnou aktivitou. V případě další progresy onemocnění je však nutná léčba dalšími tabletami nebo inzulinem. Rizikovými faktory jsou nejčastěji obezita, nedostatek pohybu, nezdravý životní styl a výživa. Cukrovka není důsledkem nadměrného požívání sladkostí, jak si mnoho lidí myslí, ale jedná se o reakci organismu na přebytkovou konzumaci jakýchkoliv potravin. Sladké pokrmy si diabetik musí odpírat až po propuknutí tohoto onemocnění (3, str. 20).



## PODPORA HOJENÍ RAN

### ENERGIE

Hlavním zdrojem energie pro lidské tělo jsou složeny cukry a tuky. Spolu s bílkovinami by měl být hojícímu se tělu vždy poskytnut i dostatek energie ve formě kalorií. Pokud nemá organismus dostatek síly, čerpá ji z bílkovin. Právě pro správné hojení ran je potřeba dostatek energie, abychom tak předešli čerpání energie z tolik potřebných bílkovin. Role vhodné stravy je pro regeneraci zásadní. Hojení je proces, při kterém se zraněná tkáň nahrazuje tkání novou. A k tomu tělo potřebuje nezbytné živiny a energii (2, str. 151).

### BÍLKOVINY

Při hojení ran hraje klíčovou roli kolagen. Pokud se sníží množství bílkovin, sníží se i množství kolagenu, a proces zacelování se tak zpomalí (4, str. 669). U chronických či špatně hojících se ran se doporučuje denní příjem bílkovin až 1,5g na 1kg tělesné váhy. U zdravého člověka je minimum 0,8g a maximum do 2g bílkovin na kg hmotnosti a den (5, str. 34, 37). Bílkoviny jsou hlavní stavební složkou orgánů a svalstva. Nejdůležitější jsou bílkoviny, které obsahují esenciální aminokyseliny, nazýváme je plnohodnotnými – maso, mléčné výrobky, ryby a také například sója, luštěniny apod. (4, str. 670).

### MINERÁLNÍ LÁTKY

Minerální látky jsou také důležité pro růst a metabolismus. Podílejí se na výstavbě

tělesných tkání, aktivují, regulují a kontrolují metabolické pochody a spoluúčastní se na vedení nervových vzruchů. Nejdůležitějšími pro podporu hojení ran jsou: zinek, měď, selen a železo (1, str. 45, 46).

**ZINEK:** příjem u dospělých na den by měl být kolem 10 mg (5, str. 151). V organismu je obsažen ve svazech, játrech, krvi. Nedostatečné množství zinku v potravě způsobuje nechtěný úbytek na váze, pomalé hojení ran, zhoršování paměti a smyslové poruchy – především zrakové a čichové (5, str. 152). Jeho potravinovým zdrojem jsou ovesné vločky, otruby, ořechy, ovoce, zelenina, luštěniny, játra, tmavé maso, mléko, žlutky, mořští živočichové (5, str. 153).

**MĚĎ:** příjem u dospělých na den je 1 až 1,5 mg (5, str. 160). Potravinový zdroj mědi jsou vnitřnosti, maso, mléko, vejce, luštěniny, obiloviny, játra, kakao, ořechy, houby, koryši. Nedostatek mědi se projevuje anémií (chudokrevností), zpomalením duševního vývoje a zhoršením metabolismu cukrů (5, str. 161).

**SELEN:** doporučená dávka není přesně známa, měla by být asi 30–70 mikrogramů/den (5, str. 155). Jeho zdroji jsou obiloviny, kukuřice, ryby, vnitřnosti, oříšky, čočka, chřest. Selen funguje jako antioxidant (5, str. 157).

**ŽELEZO:** příjem u dospělých je 10 až 15 mg na den. Jeho zdrojem jsou játra, žlutky, celozrnné potraviny, luštěniny a zelenina (1, str. 51). Železo je významné pro syntézu kolagenu (4, str. 673).

### VITAMINY

Jedná se o organické neenergetické látky, které organismus v minimálním množství bezpodmínečně

potřebuje. Rozeznáváme vitaminy rozpustné v tucích – A, D, E, K a vitaminy rozpustné ve vodě – vitaminy skupiny B, vit. C. Pro dobré hojení ran jsou důležité: E, C, A (betakaroten) (2, str. 81, 82).

**VITAMIN E:** doporučený příjem je 13–15 mg (5, str. 75). Zdrojem je mák, ořechy, olejnatá semena, sója, obilné klíčky, naklíčené obiloviny, celozrnné obiloviny, luštěniny, játra, žloutek, mléko, vnitřnosti. Je rovněž důležitým antioxidantem (5, str. 76).

**VITAMIN C:** doporučený denní příjem je 90 až 100 mg (5, str. 109). Potřeba vitamínu C se zvyšuje při kouření, chladu, stresu, operaci, infekci, traumatu, fyzické námaze. Je důležitým antioxidantem. Jeho zdroji jsou ovoce a zelenina (brambory, citrusové ovoce, jeřabiny, angrešt, zelí, špenát, rajče, kapusta), šípky, jeřabiny (5, str. 113).

**VITAMIN A:** doporučený příjem je 0,6 mg, pokud možno ve formě betakarotenu (5, str. 63). Zdrojem jsou živočišné potraviny, játra, mléčné výrobky, rybí tuk, smetana, žloutky. Zdrojem vitamínu A ve formě betakarotenu je mrkev, listová zelenina a ovoce (mrkev, meruňky, dýně, brokolice, zelí, paprika, špenát, řepička) (5, str. 63).

K lepšímu hojení ran patří adekvátní přísun cukrů, tuků i bílkovin. U klientů s defekty kožního krytu je hojení složitější z důvodu přítomnosti infekce v organismu. Od roku 2003 jsou k dispozici Doporučené nutriční postupy pro prevenci a léčbu dekubitů dle EPUAP (Nutritional Guidelines for Pressure Ulcer Prevention and Treatment) (6), kde je navržen a doporučen postup týkající se hodnocení a stavu výživy. Jsou doporučeny energetické hodnoty, které by měly být individuální, nejen cestou per os. Adekvátní přísun bílkovin, které se podílí na buněčné obnově a reparaci tkání, ale i vitamínů a stopových prvků.



## ZÁVĚR

Pro dobrou podporu hojení ran by naše strava měla být pestrá, má obsahovat zvýšenou dávku bílkovin, energie, vitamínů, minerálů a dalších antioxidantů. Antioxidanty chrání organismus před nadbytkem volných radikálů, udržují tak naše zdraví (2, str. 85). Výživa musí být kompletní a obsahovat všechny složky, o nichž dnes víme, že se procesu hojení účastní. Výživa je jedním z primárních faktorů při léčbě nemocných diabetem mellitem 2. typu, s tímto se pojí vhodně nastavená fyzická aktivita. Tyto dva faktory vedou ke zlepšení komfortu diabetika a zdravotní kondici (4, str. 673). Jedná se nejen o změnu diety, ale o změnu celého životního stylu. Správná životospráva je prevencí komplikací. Prevence komplikací diabetu spočívá v komplexní terapii a důkladné a kvalitní edukaci diabetika k domácí léčbě a self-monitoringu. Psychický a duševní klid, pravidelný pohyb a konzumace přiměřeného množství potravin zajišťují optimální množství cukru v krvi (2, str. 107). ●

### Literatura

1. KUDLOVÁ, Eva. Hygiena výživy a nutriční epidemiologie. Praha: Karolinum, 2009. ISBN 9788024617350.
2. GROFOVÁ, Zuzana. Nutriční podpora: praktický rádc pro sestry. Praha: Grada, 2007. Sestra (Grada). ISBN 978-80-247-1868-
3. SVAČINA, Štěpán. Přístupy k léčbě obězního diabetika. Praha <https://www.medicinapropraxi.cz/pdfs/med/2005/01/04.pdf>, 12. 10. 2021
4. SOBOTKA, Luboš, ALLISON, S. P., ed. Basics in clinical nutrition. 4th ed. Praha: Galén, c2011. ISBN 978072628216.
5. Referenční hodnoty pro příjem živin. V ČR 1. vyd. Praha: Společnost pro výživu, 2011. ISBN 978-802-5469-873.
6. [www.epuap.com](http://www.epuap.com)

# 3TO Specialista na nehtové špony

Ucelená řada systému nehtových špon na všechny druhy nehtů



PODOSTRIPE®

Foto: pani Göhringer-Seel



PODOFIX®

Foto: pan Dr. Scholz



COMBIPED®

Foto: pani Maurer



3TO-SPANGE®

Foto: pan Dr. Shuzo Kawai

Autorizovaný distributor/servis a školitel: ODEL LABORATORIES, s.r.o./PROFI-PEDIKURA.cz



# ČPS drží trendy v marketingu

Bc. Dominika Kudělka, DiS

Česká podiatrická společnost nezhálí ani v marketingových trendech. S rychle jdoucí dobou nejen v online prostředí bylo zapotřebí přizpůsobit se požadavkům dnešní doby. Členové ČPS, příznivci podiatrie i laická veřejnost mají možnost sledovat celkové dění v oboru. Ať už se jedná o novinky a aktuality, připravované kurzy nebo jiné nahodilé události, všichni jsou informováni prostřednictvím mnoha médií. Pojďme si je představit.

## FACEBOOK

Kdo není na sociálních sítích, jako by nežil. Připadá Vám tato věta jako „klišé“? Bohužel ne ve světě podnikání. ČPS můžete na FB najít pod nickem: Česká podiatrická společnost z.s. Stránku můžete začít sledovat a být jejím fanouškem. Bezstarostně můžete sledovat aktuální dění přímo na zdi Facebooku. Máte dotazy k akcím, není Vám něco jasné? Můžete s námi diskutovat přímo u jednotlivých příspěvků.



## NEWSLETTER

Facebook není kanál, který zrovna preferujete? Nevadí! Informace Vám také zasíláme prostřednictvím newsletteru. Každý měsíc – poté, co se na našich stránkách ([www.podiatrie.cz](http://www.podiatrie.cz)) přihlásíte k odběru newsletteru – budete dostávat nejnovější zprávy přímo do své e-mailové schránky.

Pohodlně se tak budete moci ke zprávě vracet a budete mít všechny informace daného měsíce v jedné zprávě.

## MOBILNÍ APLIKACE

Jste příznivcem jasné a stručné zprávy přímo do Vašeho mobilního zařízení? Potěšíme i Vás! Novinkou je aplikace, kterou si můžete jednoduše stáhnout prostřednictvím portálu Google Play nebo App Store. Instalace je zcela ZDARMA. Je jedno, zda používáte operační systém Android nebo iOS. Najdete ji pod názvem: Česká podiatrická společnost. V aplikaci také uvidíte přehled webových stránek. Jedním kliknutím na aplikaci budete mít všechny potřebné informace pohodlně ve svém mobilním zařízení.

## PODIATRICKÉ LISTY

Klasická tištěná verze podiatrických listů, která vychází jednou za kvartál. Určená pro ty, kteří nemohou anebo nechtějí využívat moderní technologie. Tento zpravodaj je určen do Vašich ambulancí, čekáren a schránek. Pro pohodlné čtení novinek ze světa podiatrie u Vaší oblíbené kávy...

Potřebujete poradit s marketingovou podporou Vašeho podnikání, správou sociálních sítí a propagací Vašeho PR? Kontaktujte nás na e-mail: [podiatrie@gmail.com](mailto:podiatrie@gmail.com) nebo napište přímo naší odbornici na marketing na e-mail: [burianova.domi@gmail.com](mailto:burianova.domi@gmail.com). Bude se Vám věnovat. ●



# Epaderm<sup>®</sup>

## Zdravotnický prostředek k ošetření suché kůže



- ✓ Zvláčňuje suchou a ztvrdlou pokožku nejen při diabetes mellitus
- ✓ Obsahuje klinicky ověřené přísady hydratující kůži
- ✓ Zmírňuje podráždění
- ✓ Pro přímou aplikaci na kůži nebo jako přísada do koupele

- ✓ Bez parfemace
- ✓ Bez barviv
- ✓ Bez konzervantů
- ✓ Bez SLS



Epaderm Ointment je zdravotnický prostředek třídy I.  
Před použitím čtěte pozorně návod k použití.

[www.molnycke.cz](http://www.molnycke.cz)  
[www.epaderm.cz](http://www.epaderm.cz)



Molnycke Health Care s.r.o., Hájkova 22, 130 00 Praha 3. Molnycke Health Care a Epaderm jsou registrované ochranné známky, názvy a loga jedné či více společností skupiny Molnycke Health Care Group. © 2022 Molnycke Health Care AB. Všechna práva vyhrazena. CZWC1140122

  
**Molnycke<sup>®</sup>**

# Syndrom diabetické nohy

## komplexní informace pro klienty

Syndrom diabetické nohy je termín, který shrnuje problémy s dolními končetinami postihující pacienty s cukrovkou. Jde o velmi nepříjemný jev, na který si ale nemusíte jen zvyknout. Máme pro Vás základní rady v péči o nohy diabetiků, které mohou vzniku syndromu dokonce úplně zabránit – od prevence přes vhodnou obuv až po kosmetickou péči.

**MUDr. Miroslav Koliba, MBA, MHA, LL.M.**

Článek vyšel v časopise DIA styl, se svolením redakce a autora publikován v Podiatrických listech.



Prevence vzniku diabetické nohy není jen v rukou pečujících lékařů, ale je zejména na každém z nás. Standardně by měl diabetolog nebo praktický lékař alespoň jednou ročně provádět kontrolu nohou každého pacienta s diabetem. V podiatrických ambulancích s ohledem na nutnost přítomnosti vyškolené sestry je také možnost využít pravidelné kontroly přímo sestrou. Tato péče není jen doporučena odbornou společností, ale dnes i hrazená pro všechny odborné péče, které pečují o diabetika (samozřejmě po zaškolení).

### NEJDŮLEŽITĚJŠÍ JE POHLED

Již pravidelná kontrola okem (i laickým) přináší základní informaci, zda není na noze problém, který je nutno řešit. Zdá se to velmi jednoduché, ale v ambulanci u vyšetření rozsáhlých ran se často dovidám, že o ráně pacient vůbec nevěděl. Takže prosím – **kontrolujte si své nohy pohledem**, můžete využít také zrcátko, popřípadě selfie tyč a nohy si vyfotit.

V okamžiku, kdy na noze najdete cokoli, co tam nepatří, nebylo nebo Vás jakkoliv překvapilo, neváhejte ihned kontaktovat odborníka.



**PACIENT SE ZHOJENOU RÁNOU  
NA OBOU PALCÍCH**



## JE NUTNÉ MÍT DIABETICKOU OBUV?

Není pravidlem, že každý diabetik musí mít nevyhnutelně diabetickou obuv. Diabetická obuv je určena primárně pro pacienty, kteří již danou nemocí trpí. Pro úplně zdravou nohu, tj. bez poškození nervů a cév na dolní končetině, by tuhá podrážka diabetické boty působila jako element, který nohu omezuje v plném rozsahu pohybu. Opačný případ je, když má pacient neuropatii (nevnímá dotek na noze nebo vibrace při vyšetření ladičkou). V takovém případě diabetickou obuv vždy doporučujeme. Při výběru obuvi platí také doporučení vybírat obuv s vyndavací stélkou, ať už je označená jakkoliv.

V dnešní době si můžeme vybírat z široké palety diabetické obuvi hrazené nejen ze zdravotního pojištění, ale také z vlastních finančních prostředků. Jelikož je tento typ obuvi vesměs prodáván jako zdravotní pomůcka, tj. s marží, kterou reguluje stát, lze předpokládat, že nikdy nebude tak široce dostupný, jak bychom si asi přáli.

Vyrobít kvalitní diabetickou obuv je dosti náročné. Technologické podmínky zaručují vysokou míru bezpečí pro pacienta. Testují se všechny použité materiály. Obuv musí mít vyndavací stélku a musí být z vnitřní strany bezešvá – tak, aby klienta nic neporanilo. Kvalitní obuv dostupná na českém trhu je z větší části šitá ručně. Osobně jsem měl možnost navštívit několik továren na výrobu obuvi a musím říci, že se vždy jednalo o vysokou míru precizní ruční práce.

## KVALITNÍ STÉLKA JE ZÁKLAD

Stélka, nebo lidově řečeno vložka do boty, je nedílnou součástí obuvi. Kvalitní individuálně navržená stélka je základ pro dobré nastavení nohy při chůzi, zejména u pacientů s rizikem vzniku syndromu diabetické nohy. Tato část obuvi je často podceňována. Zázrakem podiatrie je, že dobře vyrobená stélka nejenom pomůže od bolestí hlavy, krku, zad nebo kolen.



Ve sportovní podiatrii se stélky využívají velmi často ke zvýraznění výkonu sportovce. Všechny špičkové sportovní kluby mají svého odborníka, který pečuje o to, aby výkon sportovců byl co nejlepší (dle typu sportu odraz, stoj, výskok, nebo dlouhý běh). V případě prevence diabetické nohy platí, že v podstatě všichni pacienti s neuropatií nebo jakoukoliv deformitou nohy by měli být vybaveni individuálně zhotovenou stélkou. Na míru zhotovená stélka nejenom uleví od dlouhotrvajících bolestí noh.





## NEZAPOMÍNEJTE NA PEDIKÚRU

**Kvalitní pedikúra je pro diabetika základ.** Nejedná se jen o hýčkání těla, ale o přirozenou součást sebepéče, jakou je například návštěva kadeřníka nebo holiče. Země, které nás předběhly v péči o nohy, mají odbornou péči o nohy hrazenou ze zdravotního pojištění. Tímto směrem chceme do budoucna podiatrii v Česku směřovat.

Kvalitní pedikúra dnes není jen o ostříhání nehtů. Kvalitní odborná pedikúra je dnes prováděná přístrojem – rotační bruskou a nazýváme ji „suchá pedikúra“, protože se při ní nohy nemusí máčet do lázně, aby zrohovatělá kůže byla měkčí a ošetřitelná skalpelem. K odstranění zrohovatělé kůže se používají různé brusky, které velmi šetrně hyperkeratózy snesou. Upozorňuji, že pojem medicínská pedikúra je zavádějící a legislativa žádnou takovou živnost nebo profesi nezná. Jedná se jen o sebehodnocení osoby provádějící danou živnost, které není nikterak přiznáno odbornou společností nebo legislativou.

## → POZOR NA TERMÍN „ZDRAVOTNÍ OBUV“

Skutečnost, že je obuv zdravotní, nezaručuje, že je vhodná pro diabetiky. Platí pravidlo, že **obuv musí perfektně sednout nejen na délku, ale také na šířku.** Kvalitní prodejce obuvi Vám musí být schopen objednat obuv i širší (pokud je obuv diabetická, je to garantováno zákonem). Doporučujeme **obuv vybírat minimálně o půl centimetru až centimetr delší,** než je reálná velikost nohy. Dávejte ale pozor, aby Vám noha z boty „nevyskakovala“. Můžete si provést jednoduchý test na stélce boty. Při výběru obuvi vyndejte stélku z boty a položte ji na zem. Postavte se na stélku – jednoduše posoudíte, zda je obuv malá nebo velká.



OBUV PRO DIABETIKY







**Česká podiatrická společnost eviduje na stránkách členy, kteří doložili certifikát o proškolení v přístrojové pedikúře, v sekci „Přístrojová pedikúra“.** Služba poskytnutá takovou pedikérkou či pedikérem může být proplacena vybranými zdravotními pojišťovnami z fondu prevence.



Jde o reálnou prevenci syndromu diabetické nohy. Nejčastěji totiž rána vzniká pod hrubou kůží plosky nohy – pod první kostí za palcem nohy, kde hrubá a tvrdá kůže působí fenoménem plochého kamene, pod kterým vznikla, jako reakce na zátěž, kapsa, ve které se usadí krev a při sebemenším poranění vzniká zánět s rizikem poškození kosti. Tyto nebezpečné mozoly lze preventivně snášet, a tím velmi účinně předcházet vzniku diabetické nohy. Doplnil bych jen, že specializovaný pedikér či pedikérka jsou schopni poradit si také se zarostlým nehtem (sekce „Orthonyxie“ na stránkách České podiatrické společnosti).



PŘÍSTROJE NA SUCHOU PEDIKÚRU

## KOSMETIKA ANEB LÁZNĚ PRO NOHY

Péče o pleť je jakýmsi způsobem zažitá u mnohých dam jako denní samozřejmost. Ve stejné úrovni potřebuje péči také kůže nohou diabetiků. Zejména **pro pacienty s neuropatií je denní promazávání podmínkou**, aby jejich nohy zůstaly zdravé a bez ran.



BRUSKY NA OŠETŘENÍ ZHRUBLÉ KŮŽE

Diabetická neuropatie a přirozená suchost kůže vede k jejímu praskání. Tyto drobné trhlinky jsou cestou k infekci a vedou k těžkým zánětům na noze, které nejdříve pacienta připravily o nohu. Proto preventivní a pravidelné mazání nohy výrazně snižuje riziko vzniku defektu na noze. Volba je vždy na klientovi.

Z naší podiatrické praxe máme **dobré zkušenosti s olejem nasyceným ozónem**, po kterém jsou nohy dlouho mastné. Kdo nemá rád pocit mastnoty, doporučujeme pěny, které se naopak velmi rychle vstřebávají a mají velmi příznivý efekt na pokožku. Dnes je možno zakoupit i **pěny s obsahem látek proti plísním**.



## EXTRA TIPY V PÉČI O NOHY:

→ Ze studií, které máme dnes k dispozici, jednoznačně víme, že nejčastější příčinou vzniku defektu na noze je **podcenění nemoci jménem Syndrom diabetické nohy**, a to jak pacientem, tak neškoleným personálem.

→ Pozor by si měli dát také **pacienti s kladívkovými nebo drápovitými prsty na nohou** (t. j. prsty, které jsou stále pokrčené směrem k chodidlu). V tomto případě doporučujeme obuv bez „tužinky“. Tužinka je ta část boty, která drží tvar boty zepředu tak, aby byla hezká. Problémem je, že tužinka může pokrčené prsty zevnitř poranit. Český výrobce hrazené obuvi je schopen takový požadavek zadat do výroby a takovou obuv Vám za mírný příplatek vyrobit.

→ Předepsat stélku dnes může i školený diabetolog jednou za 6 měsíců. Upozorňuji, že **novou stélku je nutné vyměnit za stélku původní**. Naprosto nevhodné jsou stélky gelové, které zvyšují smykové tření a zvyšují tím riziko diabetické nohy.



## KAM ZAJÍT NA KVALITNÍ PEDIKÚRU?

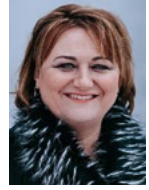
Pokud máte zájem najít kvalitní pedikúru, Česká podiatrická společnost registruje tyto poskytovatele služeb v sekci „Poskytovatelé služeb“ – v podsektci „Specializace: Přístrojová pedikúra“. Každý člen naší společnosti musel doložit doklad o vzdělání. Na základě doloženého vzdělání jsme člena do této sekce zařadili. Vybrané zdravotní pojišťovny (poj. 111, 213, 205 a 207) tyto služby částečně proplácí z fondu prevence, protože se jedná o reálnou prevenci syndromu diabetické nohy. ●

### MUDr. Miroslav Koliba, MBA, MHA, LL.M.

Je prezidentem České podiatrické společnosti a působí také jako člen výboru podiatrické sekce České diabetologické společnosti. Dále je také členem mezinárodních výborů: D-FOOT International, IFP-FIP (Federation of International Podiatrists) a ECP. Od roku 2014 provozuje privátní praxi v ambulanci diabetologie a podiatrie ve Vratimově. Působí na interní a kardiologické klinice Fakultní nemocnice Ostrava a na Lékařské fakultě Ostravské univerzity.



# Příspěvek zdravotních pojišťoven diabetikům na přístrojovou pedikúru pro rok 2022



**Jana Výmolová,**  
2. viceprezident České podiatrické společnosti

## Zdravotní pojišťovny, které přispívají na přístrojovou pedikúru:

- 111 Všeobecná zdravotní pojišťovna:** do výše 1000 Kč.
- 205 Česká průmyslová zdravotní pojišťovna:** do výše 500 Kč.
- 213 Revírní bratrská pojišťovna:** do výše 1000 Kč.
- 207 Oborová zdravotní pojišťovna:** při sloučení kreditů za rodinné příslušníky (více viz Vitakarta) až 10 000 Kč ročně.
- 211 Zdravotní pojišťovna ministerstva vnitra ČR:** do výše 500 Kč.

## Podmínky proplacení služby přístrojové pedikúry:

- Klient zdravotní pojišťovně předloží průkaz diabetika a paragon o zaplacení přístrojové pedikúry.
- Klient využil služby přístrojové pedikúry u pedikérky, která je platnou členkou České podiatrické společnosti z.s.
- Klient splnil podmínky dané zdravotní pojišťovny ohledně data splatnosti paragonu.

## Jaké údaje musí obsahovat paragon:

- Jméno a příjmení klienta
- Rodné číslo – hlavně u klienta OZP
- Údaj – přístrojová pedikúra
- Počet návštěv pedikúry – u VZP jsou podmínkou pro proplacení 4 ošetření
- Celková částka za přístrojovou pedikúru
- Jméno a příjmení pedikérky, adresa provozovny

Údaje musí souhlasit s údaji zapsanými a zveřejněnými v sekci poskytovatelů služeb ČPS. Odkaz: [https://www.podiatrie.cz/cz/registr-cps/registr-poskytovatelu-sluzeb/?search\\_kraj=&search\\_obor=&search\\_specializace=2](https://www.podiatrie.cz/cz/registr-cps/registr-poskytovatelu-sluzeb/?search_kraj=&search_obor=&search_specializace=2) ●

### Důležité info

ZDRAVOTNÍ POJIŠŤOVNA PŘI ŽÁDOSTI O PROPLACENÍ BONUSU KONTROLUJE PLATNOU REGISTRACI PEDIKÉRKY V REGISTRU POSKYTOVATELŮ SLUŽEB.

## Jak se stát členem/ členkou České podiatrické společnosti z.s.:

- 1 Na webových stránkách [www.podiatrie.cz/cz/registr-cps/registrace-clena-cps](http://www.podiatrie.cz/cz/registr-cps/registrace-clena-cps) vyplníte potřebné údaje k registraci člena/členky – provedete registraci.
- 2 Obratem Vám je zaslán e-mail s heslem a informace k platbě členského příspěvku.
- 3 Přihlásíte se pomocí hesla na webu: [www.podiatrie.cz/cz/prihlasi](http://www.podiatrie.cz/cz/prihlasi).
- 4 Dokončíte registraci do sekce poskytovatelů služeb a dané sekce dle oboru vyplněním potřebných údajů a vložení odpovídajících certifikátů vzdělávání.
- 5 Zaplatíte členský příspěvek.
- 6 Vyčkáte na ověření registrace správcem.
- 7 Po ověření registrace jste jako člen/členka zveřejněn/a na webu: [www.podiatrie.cz/cz/registr-cps/registr-poskytovatelu-sluzeb/](http://www.podiatrie.cz/cz/registr-cps/registr-poskytovatelu-sluzeb/)

# Zkušenosti s ambulantní léčbou podtlakovou terapií



**MUDr. Eva Šimůnková**

I. chirurgická klinika  
všeobecné a úrazové chirurgie  
VFN Praha

Mechanismus účinku subatmosférického tlaku na ránu je komplexní a multimodální. Vytvořením podtlaku dochází ke sblížení okrajů a redukci intersticiálního otoku, čímž se zlepšuje mikrocirkulace, přítok nutrientů a oxygene tkání v defektu. Na rozhraních ok pěny aplikované do rány dochází k mikrotřecím momentům, které stimulují angiogenezi a novotvorbu granulační tkáně. Mechanickým stresem okrajů rány dochází k progresi epitelizace. Systém odsávání vede k odstraňování debris a nadbytečného ranného sekretu, na základě čehož vzniká v ráně optimální vlhké prostředí umožňující granulaci i bradytrofických a k infekci náchylných tkání. V neposlední řadě se utěsněním celého podtlakového systému polopropustnou fólií převádí původně otevřený systém rány na systém uzavřený, který brání přerůstání patogenů v ráně již přítomných a osidlování rány novými patogeny.

Přístroje využívané pro podtlakovou terapii můžeme v současné době dle principu jejich využití rozdělit do následujících čtyř kategorií.

**NPWT, neboli negative pressure wound therapy, je již konvenčně využívanou neinvazivní metodou užívající k urychlení a podpoře hojení ran subatmosférického tlaku.**

Zlatým standardem je klasický rezervoárový podtlak s využitím polyuretanové pěny jako „wound filleru“ s možností volby kontinuálního či intermitentního podtlaku a jeho výše.

Další skupinou jsou přístroje s možností laváže, označované jako NPWTi (Negative Pressure Wound Therapy With Instillation), které kromě konvenčního režimu pro podtlak umožňují i využití instilace antiseptického či antibiotickeho roztoku do rány a jeho následné odsátí.

Dále se můžeme setkat s přístroji, které jsou zamýšleny pro využití incisionální, tedy preventivní či profylaktické, označované jako CiNPWT (Closed incisional Negative-Pressure Wound Therapy).

Na trhu jsou dále i jednorázové přístroje pro podtlakovou terapii označované jako dNPWT (disposable Negative Pressure Wound Therapy). Tyto přístroje jsou rozměrově malé, nenáročné na údržbu a obsluhu. Existují typy s rezervoárem či bez něho.

Dříve bylo využití podtlakové terapie doménu nemocniční péče. Přístroje jsou poměrně nákladné, stejně jako spotřební materiál, který s léčbou pomocí NPWT souvisí, a léčbu podtlakem bylo možno vykazovat pouze za hospitalizace.



Díky změně pravidel pro vykazování lze nyní léčbu pomocí podtlakových přístrojů nově vykazovat i v ambulantní péči.

Jednorázové podtlakové přístroje, v literatuře označované jako disposable neboli dNPWT, jsou relativně novinkou na českém trhu. Jedná se o rozměrově malé přístroje, ideálně vhodné pro použití do ambulantní sféry. Do této kategorie spadají přístroje s malými rezervoáry 30–250 ml určené k využití jedním pacientem. Po ukončení terapie se likviduje jak kryt, tak přístroj. Dále sem spadají bezkanystrvé systémy, kdy je ranný sekret odváděn pouze do mnohvrstevného krytu. Dá se tedy říci, že tento kryt je „pěnou“ a folii v jednom. Ke krytu je stejně jako v předchozím případě připojen podtlakový přístroj o velikosti několika centimetrů napájený bateriemi. Tento přístroj má přednastavenou neměnitelnou hodnotu podtlaku na -80 mmHg. Vzhledem k absenci rezervoáru a klasické pěny je určen spíše pro rány povrchové, s mírnou sekrecí. Dále je na trhu mechanický dNPWT rezervoárový přístroj, u kterého je možnost vybrat z několika velikostí odsavného kanystríku. Opět se jedná o přístroj malý a uživatelsky jednoduchý. Funguje na mechanickém principu, kdy je podtlak v systému vytvářen pomocí pístu.

Přístroje dNPWT se mohou u drobnějších ran využít incisionálně, dále se mohou použít například jako dočasný kryt při kontrolovaných excisích a v neposlední řadě je dNPWT možné využít k dohojení ran původně ošetřovaných klasickým NPWT či NPWTi.

U dNPWT bychom rádi zdůraznili nutnost důkladného zvážení výběru pacientů. Obsluha dNPWT je velice uživatelsky snadná, nicméně je zde riziko zničení celého relativně nákladného systému, například zatečením ranného sekretu do přístroje, a to i přes využití pojistky. Je tedy vhodné pro dNPWT – kdy již nad léčbou nemáme plnou kontrolu – vybírat pacienty motivované a plně compliantní.

U přístrojů bez rezervoárů je dále nutné věnovat více péče okolí ošetřovaného defektu. Vzhledem k absenci pěny může častěji docházet k maceraci okrajů. Tento problém je však snadno řešitelný aplikací ochranného krému či hydrokoloidních pásek.

**Ambulantní léčba podtlakovou terapií je relativní novinkou, nicméně doufejme, že díky svým nezpochybnitelným ekonomickým i sociálním výhodám bude v praxi nadále využívána v co největší míře. ●**

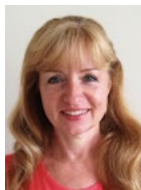




V prvním roce života prochází dítě motorickým vývojem, který zahrnuje postupný rozvoj jemné i hrubé motoriky a je úzce spojen s vývojem nervové i svalové soustavy. Motorický vývoj dítěte má několik fází, kdy se dítě většinou během prvních 12 měsíců dostane přes pasení koníků, otáčení, lezení, sed a stoj až k samostatné chůzi. Pro správný vývoj dolních končetin, pohybového aparátu dítěte a následně i chůze je velmi důležité nechat vývoji přirozený průběh a nepřeskočit některé fáze.

## Jak lze pozitivně i negativně ovlivnit vývoj dětské nohy aneb

# neobouvejme děti příliš brzy



Ing. Jana Vašková

Lezením po kolínkách se dítě učí dávat kolena pod sebe, což je tréninkem na chůzi, ale také důležitou fází pro správné postavení kyčlí. Vývoj dolních končetin a kolenních i kyčelních kloubů je ovlivněn rovněž fází sezení. Pro dítě není vhodný sed mezi patičkami, tzv. sed do W, při kterém jsou tyto klouby velmi přetěžovány. Pozor ale na tzv. „pasivní sed“, tj. například používání autosedaček (tzv. vajíček, ve kterých by dítě mělo trávit co nejméně času) nebo chodítek a hopsadel, jejichž používáním v době, kdy dítě ještě samo nesedí, nestojí nebo nechodí, dochází k přetěžování a následným poruchám vývoje pohybového aparátu, včetně narušení vývoje chůze. Když si dítě začíná stoupat, je optimální, aby se zvedalo do stoje přes pozici „rytíře“ (s nárokem jedné nožičky pokrčené v kolenu), ne se vytahovalo nahoru přitahováním rukama. Stoj nebo chůze po špičkách je u nejmenších dětí většinou fyziologická, ale

dlouhodobě dochází ke zkracování Achillových šlach i lýtkových svalů. V takovém případě je vhodná konzultace s odborným lékařem nebo fyzioterapeutem. Aby se dítě naučilo správně používat svalový aparát a tyto nesprávné pohybové stereotypy si nezafixovalo, mělo by si stoupat i chodit doma naboso nebo v ponožkách (neuzavírat nožku do obuvi) a trénovat chůzi po různých površích.

**Jednotlivými vývojovými fázemi by dítě mělo procházet samo, přirozeně, bez jakékoli pomoci dospělých.** Nepomáháme ani při stoupání a prvních krůčcích dítěte. Tzn. že je nepostavujeme, pokud to nedokáží sami a při chůzi je nevodíme za ručičky, pokud se ještě nedokáží sami rozejít. Dítě musí mít dostatečně vyvinutý pohybový a svalový aparát, aby dokázalo tyto aktivity provádět samo. Pomáháním dítěti do činností, na které není ještě samo připraveno, jeho pohybový aparát přetěžujeme, tím se u něj fixují špatné pohybové



vzorci. Ty pak mohou být příčinou různých zdravotních obtíží v pozdějších letech, včetně například problémů s kotníky, koleny, kyčlemi, pávní a zády, čímž může být negativně ovlivněn i stereotyp chůze. Ten se začíná vytvářet prvními krůčky dítěte, kdy se začíná formovat také tvar nohou a nožní klenby.

Pokud dítě zatím samo stabilně nechodí, je důležité, aby se naučilo správně zapojovat a tím i posilovat svalový aparát. Proto by se mělo **učit chodit naboso**, případně v protiskluzných ponožkách nebo měkkých čapáčcích bez vyztužené podešve (podrážky). V této fázi vývoje dítě ještě neobouváme ani do bačkůrek ani do pevných botiček. **První dětské botičky obouváme, až když dítě samo chodí.**

Měly by být co nejměkčí s flexibilní (ohebnou) podešví, kotničkové (aby lépe stabilizovaly kotníky) a v případě nestabilní chůze a výrazné valgosity – vbočeného postavení paty by měla být patní část obuvi vyztužena opatkem. Pro správnou orientaci v prostoru a koordinaci pohybů je důležitým parametrem obuvi schopnost zajistit co největší propriocepci z plosky nohy – polohocit. Toho lze dosáhnout pouze tenkou a maximálně flexibilní podešví.

**Tvar obuvi musí respektovat tvar dětské nožky**, palcová hrana obuvi by měla být rovná a prstová část obuvi by měla poskytovat prstům dostatek místa na šířku i na délku, aby nedocházelo k deformování nožek a prstíků, případně k zarůstání nehtů. Příčinou deformit nohou, prstů a zarůstání nehtů u nejmenších dětí mohou být také krátké šlapky dupáček, malé a těsné ponožky nebo špatně ostříhané nehty.

Pro správný vývoj dětských nohou je nezbytné, **aby obuv umožnila nohám přirozený pohyb** a současně zajistila správné postavení a odval nohy při chůzi. Tvarově a proporcionálně nevhodná obuv (i obuv již nošená jiným dítětem, nebo obuv příliš velká) je častou příčinou vzniku ortopedických vad a funkčních poruch nohou.

Z hlediska vývoje tvaru a funkce nohou i stereotypu chůze **je důležité období do 3-4. roku dítěte**. V tomto věku, kdy nohy jsou ještě tvárné a dá se s nimi efektivně terapeuticky pracovat, je důležité podchytit případný nesprávný vývoj dětských nohou **prevenčním podiatrickým vyšetřením** (více na [www.prozdravenohy.cz](http://www.prozdravenohy.cz)). Dá se tak včas předejít vzniku funkčních poruch pohybového systému vedoucích k rozvoji degenerativních onemocnění, jako jsou například deformity prstů, podélné a příčné plochá noha, vbočené či vybočené postavení paty, vyosení a přetížení nosných kloubů (kotníků, kolien, kyčlí) a páteře s rozvojem skoliózy a ostatních deformit osového skeletu. ●



# Co může pedikérka doporučit klientovi s diabetem?



Mgr. Eva Ptáčková



Často se v našich praxích setkáváme s „novými“ diabetiky, kteří si naši službu vyhledali na doporučení lékaře. Při bližším pohovoru skoro v polovině případů bohužel zjišťujeme, že klient není dostatečně poučen o své nemoci. Mnohdy vlastní nedbalostí a podceňováním tohoto onemocnění. Ale naštěstí takové klienty máme rádi, protože naše společnost se přímo specializuje na problematiku prevence syndromu diabetické nohy.

V našich salonech máme množství rozdílných informačních letáků na téma, jak pečovat nejen o diabetickou nohu, ale i jak snížit tělesnou hmotnost, dodržovat zásady zdravého životního stylu a další. I když klientovi tyto edukační materiály

předáte a myslíte si, že jste splnili Vaši profesní povinnost, tak věřte, že pokud byste příště položili kontrolní otázku, zodpoví ji ani ne třetina klientů. Pedikúra není jen o tom, jak správně upravit a ošetřit nohy, ale je i **o edukaci klienta**. Když už vynaložíme to úsilí, abychom ošetřili zanedbané nohy diabetika, tak se snažíme klienta edukovat o důležitosti nejen dodržování pravidel týkajících se správného ošetření, ale hlavně o dodržování doporučení při prevenci syndromu diabetické nohy.

Doporučení jsou jednoduchá a vykládáme je tak, aby si je klient zapamatoval. **Nejefektivnější je pro klienta edukace formou rozhovoru. Spíše si zásady zapamatuje.** Při nejasnostech se nebojí zeptat, proč a jaký je důvod k těmto opatřením. Opravdu mnoho z nich tuto nemoc nerespektuje a bere na lehkou váhu. Stává se, že jsme to právě my, kdo si s klientem povídá o jeho životním stylu, který musí ve většině případů změnit. A občas klient opravdu naslouchá. To je první úspěšný krok, který nás posouvá dál, a my víme, že naše práce je smysluplná. ●



# FOR BEAUTY

KOSMETIKA & KADEŘNICTVÍ & NEHTOVÝ DESIGN



8.-9. 4. 2022

PVA EXPO PRAHA v Letňanech

[www.veletrhkosmetiky.cz](http://www.veletrhkosmetiky.cz)

HLAVNÍ PARTNER

MAKE-UP  
INSTITUTE  
PRAGUE

PARTNER



ZÁŠTITA



MÍSTO KONÁNÍ



ORGANIZÁTOR

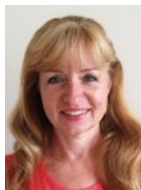


OFICIÁLNÍ VOZY



Bára  
Poláková

MAKE-UP  
INSTITUTE  
PRAGUE



Ing. Jana Vašková

# Co nového v obouvání

Přesto, že venku ještě stále kraluje zima, módní tvůrci pro nás již připravili kolekce obuvi pro sezónu jaro – léto 2022. Přinášíme pár tipů pro inspiraci, jak si oživit šatník a botník, až se s námi zima definitivně rozloučí.

Trendem v módě letošního roku je nadčasovost, udržitelnost a přírodní materiály. Proč dát šanci přírodním materiálům? Jsou příjemné, odolné a prodyšné. V módě jsou také recyklované materiály, ze kterých se vyrábějí především doplňky.

V módních trendech se můžeme těšit na návrat let šedesátých a sedmdesátých (včetně obuvi na platformě), návrat některých prvků z let devadesátých a módy okolo roku 2000. Barvou roku 2022 je fialová, která se uplatní především u oblečení. Na jaře budou v módě jak výrazné potisky a barvy (modrá, zelená a červená), tak i neutrální barvy, jako odstíny béžové, šedé a růžové, meruňkové až oranžovo červené, nebo metalická stříbrná. Léto potěší fanoušky žluté a fialové, ale i ty, kteří preferují tlumenější barvy, jako např. tmavší odstíny zelené, modré a hnědé. Nosit se bude i bílá a její odstíny jako je slonová kost, krémová, perlet atd.

## A CO OBUV? LETOS VE ZNAMENÍ KOMFORTU.

Pro kolekci sezóny jaro – léto 2022 je „komfort“ zásadní linkou, procházející napříč všemi kategoriemi obuvi. A proč vlastně komfort? I díky všem restrikcím, které nás v dnešní době provázejí, je vidět příklon zákazníků k pohodlným a víceúčelovým věcem. Sledování měnicího se životního stylu je i v módě a obouvání dnes zcela zásadní.

Mohlo by se zdát, že slovo komfort je spojené s něčím seniorním, či staromódním, ale módní tvůrci se „komfortu“ nebáli dát velmi zvězí formu a věří, že připravili produkty, které zlepší lidem náladu. Strečové materiály a „polštářování“ ve flexibilních konstrukčních řešeních přinášejí pohodlnou a víceúčelovou obuv. Budeme se setkávat s masivními platformami i obuví na klínu, v módě zůstává pruženková Chelsea obuv, stejně jako hranaté špičky trendu Carré. Podpatky směřují dolů a posiluje se jejich stabilita širším provedením, ploché podešve se zvyšují do platformem, které musí být flexibilní.

Z barev u obuvi bude dominantní bílá, odstíny přírodní béžové, šedé a hnědé, klasikou je i v této sezóně černá. Oživením budou odstíny růžové, meruňkové, až červenooranžové. ●





# Pedikéřský den

České podiatrické společnosti z.s.

## 8. 4. 2022

velký sál, veletrh FOR BEAUTY, PVA EXPO Praha-Letňany

**GARANT:** MUDr. Miroslav Koliba MBA, MHA, LL.M., prezident České podiatrické společnosti z.s.  
Jana Výmolová, 2. viceprezident, předsedkyně podologicko-pedikéřské sekce  
České podiatrické společnosti z.s.



### PROGRAM

- 10.00–10.45 Registrace
- 10.45–11.00 Úvodní slovo, novinky v ČPS • MUDr. Miroslav Koliba MBA, MHA, LL.M., PaedDr. Michal Frána, MBA, MHA, LL.M, Jana Výmolová
- 11.00–11.30 Jak BIS BIS pomáhá pedikérkám a podporuje jejich práci  
Mgr. Kristýna Vávrová, BIS BIS
- 11.30–12.00 Psychologie dotekových povolání • Mgr. Eva Ptáčková
- 12.00–12.45 Přestávka
- 12.45–13.00 Krizové ošetření v pedikúře • Julie Budová DiS.
- 13.00–13.30 Onyfix – způsob korekce nehtů  
Kateřina Mališová, Jana Výmolová, G. P. S. Ofa s.r.o.
- 13.30–13.45 Protetika – náhrada nehtové ploténky • Ivana Kamencová
- 13.45–14.15 Prstové korektory, fixní elastické bandáže, ochrany kuřích ok  
Vše pro vaši pohodlnou chůzi • Jana Výmolová, Coneta s.r.o.
- 14.15–14.30 Neinvasivní řešení zarůstajících nehtů – kazuistiky  
MUDr. Jaroslav Lux, Ph.D., Podiatrické centrum Medicia Ostrava
- 14.30–15.00 Novinky v podologické praxi Podopharm, Sirularin, frézky Bush, Hadewe  
Jiří Vykydal, Odel Laboratories, s.r.o. / Profi-pedikúra.cz
- 15.00–15.30 Závěr, předání certifikátů

Členové ČPS vstup zdarma, ostatní vstupné 500 Kč.

Přihlášení do 20. 3. 2022 na mail: [vymolovajana@email.cz](mailto:vymolovajana@email.cz).



# SYSTÉM KOREKCE NEHTŮ ONYFIX®

**ORIGINÁL  
ZDRAVOTNICKÝ  
PROSTŘEDEK**

Systém korekce nehtů Onyfix® je všestranný a inovativní zdravotnický prostředek pro bezbolestné ošetření téměř všech typů deformovaných a zarostlých nehtů.

Sada Onyfix® obsahuje tři komponenty, kapalný Onyfix® Primer a dva typy kompozitních složek - Onyfix® Hard a Onyfix® Soft.

Nezbytnou součástí tohoto systému je sada nástrojů Onylux®. Tato sada obsahuje LED lampu s modrým světlem, špachtli pro aplikaci Onyfix® Hard, kanyly pro aplikaci měkkého kompozitu Onyfix® Soft a jednorázové vatové tyčinky.

Kompozit se aplikuje na proximální stranu ošetřovaného nehtu, aby se co nejefektivněji využilo jeho přirozeného tvaru a růstu nehtu. Nehet je bezbolestně a bez namáhání narovnáván během růstu. Aplikovaný proužek Onyfixu nemění v průběhu odrůstání nehtu svůj tvar, zůstává na místě, drží nehet a zajišťuje, že se s přirozeným růstem nehet vyrovnává. Dle velikosti nehtu a v případě potřeby lze na nehet aplikovat i dvě nebo tři dlažky Onyfix®. Nehet lze při vytvrzování korekčního systému pozvednout (tzv. lifting) v distálních rozích nehtu a ulevit tak od akutní bolesti, zatímco proužek kompozitu v proximální části nehtu zajistí jeho postupné narovnání. Použití systému Onyfix® je neinvazivní a bezbolestné. Není třeba manipulovat nehtovým lůžkem, nepoužívají se háčky známé z jiných systémů. Onyfix® je tak vhodný i pro diabetiky. V souvislosti se systémem korekce nehtů Onyfix® tak nehovoříme o rovnátku, tento systém působí na nehet bez tahu a bez napětí, nehet je dlahovaný. Systém Onyfix® je zdravotnickým prostředkem s ověřenou účinností a bezpečností dle standardů MDR.

Velkou výhodou aplikace tohoto systému je jeho malá časová náročnost. Onyfix® nám dává možnost v případě potřeby u klienta aplikovat systém okamžitě, bez nutnosti objednání na jiný termín.

Systém korekce nehtů Onyfix® je nový, inovativní, účinný, neinvazivní a bezbolestný, pracuje s fyziologickým růstem, je individuální, bezpečný a také ekonomický.

Onyfix® je určen pouze pro profesionální použití vyškoleným specialistou v péči o nohy.

Onyfix® je zdravotnický prostředek, před použitím si přečtěte návod k použití.

## VÝHODY

- Fixuje proximální tvar nehtu a vede nehet do jeho přirozeného tvaru prostřednictvím fyziologického růstu
- Individuálně modelovatelné
- Neinvasivní a bezbolestná korekce nehtu
- Vhodné i pro diabetiky
- Funguje bez tahu a napětí
- Systém korekce nehtu Onyfix® je zcela nový produkt pro ošetření deformovaných a zarostlých nehtů

## PRINCIP FUNGOVÁNÍ



Výchozí situace



Asi po 18 týdnech



# onyfix®

Distributor pro ČR: G.P.S. Ofa s.r.o. / Jitřní 2283 / 252 28 Černošice,  
Tel.: 251 642 165 / E-mail: info@gps-ofa.cz / [www.gps-ofa.cz](http://www.gps-ofa.cz)

Výrobce: ncs pharma GmbH & Co. KG / Mergenthalerstr. 40 / 48268 Greven / Germany

Česká podiatrická společnost vznikla v roce 2001 na křídlech Asociace pedikérů České republiky. Postupně se na základní jádro pedikérů a pedikérek začali nabalovat další odborníci – lékaři, fyzioterapeuti, obuvníci, technici, zdravotní sestry. Každoroční kongres ČPS i další přidružené akce, například veletrh FOR BEAUTY v Letňanech či podiatrické víkendy, postupně posouvaly nejen odbornou kvalitu členské základny, ale také podstatným způsobem zlepšily komunikaci různých odborníků v rámci společnosti. Toto vše však brutálním způsobem narušila infekce virem covid-19, která nás trápí od března 2020 až doposud.

# Podiatrie a doba covidová



**MUDr. Miroslav Havrda**  
podiatr a neurolog

Nejprve byl všudypřítomný velký strach z infekce, který vyústil v celospolečenský lockdown. Tento stav postihl nejvíce živnostníky – tedy i pedikéry/pedikérky a fyzioterapeuty/fyzioterapeutky, kteří nemají své pracoviště vedeno jako nestátní zdravotnické zařízení. Museli zavřít své praxe, došlo k obrovským finančním ztrátám, v mnoha případech dokonce k definitivnímu ukončení praxe. Největší škody však byly napáchány na jejich pacientech, kteří po dobu mnoha měsíců neměli zajištěnou žádnou péči o své nohy, případně o svůj pohybový aparát. Vystrašení pacienti také v mnoha případech zanedbávali řádnou dispenzarizaci svých chronických nemocí – s obrovskými následky, včetně zbytečné předčasné smrti. Někdy ani nebyli fyzicky dostupní praktici, specialisté a nemocniční lékaři, kteří měli jiné úkoly. Spočítal někdo, kolika lidem byla zbytečně amputována noha či kolik lidí zbytečně zemřelo na základě rozvratu zdravotní péče? Všechna čest všem poctivě pracujícím lékařům nejen v první linii, ale i na JIP v nemocnicích.

Zde ani po více jak roce nedošlo ze strany státu či krajů k dostatečnému personálnímu zabezpečení kvalifikovanými lékaři, zdravotními sestrami či pomocným zdravotním personálem. Zatímco máme přebytek kapacity nemocničních lůžek a přebytek medicínských přístrojů, nemáme dostatek lidí na JIP. Ty si i přes minimálně desetileté varování odborníků na 3D tiskárně nevytiskneme.

Také došlo k podstatnému omezení akcí určených pro podiatry. Došlo ke zrušení Světového podiatrického kongresu v Barceloně, zrušila se celá řada akcí ČPS, zrušila se výuka lékařů v rámci IPVZ, neuskutečnila se celá řada tradičních akcí nebo proběhla v minimalizovaných formátech. I když zde máme očkováno 70% obyvatel (včetně dětí), valí se na nás další vlna mutace omikron. Je potřeba si připomenout, že před rokem bylo odborníky MeSES jasně deklarováno, že naočkovaní alespoň 70% populace bude tečkou za covidem a kdo se nechá naočkovat, nemůže onemocnět, nemůže dále roznášet infekci





a nemůže skončit na JIP. Na základě této zcela falešné a chybné domněnky nyní nemohli neočkovaní občané nebo občané, jimž očkování „vyvanulo“, navštívit nejen restaurace či sportoviště, ale ani svoji pedikérku. Dokonce se v některých ordinacích lékařů a v nemocnicích objevují cedule, že neošetřují neočkované. Také někteří „odborníci“, jako například prezident ČLK pan Kubek a ministr zdravotnictví, veřejně tvrdili, že neočkovaní ohrožují očkování. Velmi rychle se ukázalo, že je to obráceně. Netestovaní a svobodně žijící očkovaní lidé vesele roznášejí nákazu v nemocnicích, ve školách i v restauracích. Médii i vládní garniturou živěná nenávisť vůči neočkovaným rozdělila celou společnost a nikdo neví, kam to povede. Také brutální nátlak na neočkované a vydaná vyhláška o povinném očkovaní všech přilila olej do ohně.

Můžeme jenom doufat, že nová vláda napáchá co nejméně škod a také virus se umoudří a že již na jaře budeme moci opět trochu svobodně žít.

Také doufám, že se nás co nejvíce sejde v květnu na řádném sjezdu České podiatrické společnosti v Praze na Smíchově a v červnu že se budeme moci sejít po pěti (!) letech na tradičním MEDsport sympoziu v Hradci Králové, které bude věnováno diagnostice a léčbě nohy.

Vážení členové a sympatizanti  
České podiatrické společnosti,

přeji Vám nejen v roce 2022 mnoho štěstí, zdraví a pracovních úspěchů. Chovejme se zodpovědně a rozumně. Kdo chce, ten již jasně vidí, že nás nezachrání pouze očkování, ale také dobrá prevence, zdravý způsob života, odpovídající předlékařská péče a kvalitní péče u praktiků, ambulantních specialistů a v nemocnicích.

Srdečně vás všechny zdravím ●





## PĚSTÍCÍ BYLINNÉ OLEJE AROMATICKÉ ESENCE

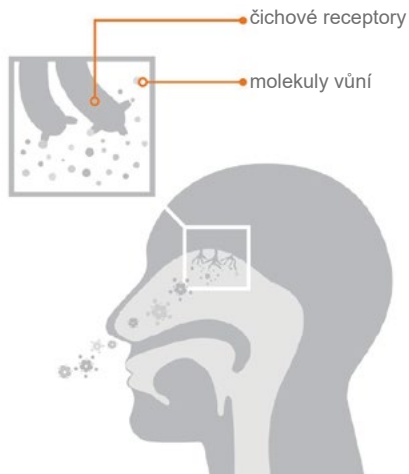
Sada pro péči o tělo peclavus®wellness se skládá pouze z kosmetiky založené na 100% přírodních, certifikovaných přísadách. Splňuje nejvyšší požadavky na bezpečnost a ochranu zdraví. Masážní oleje, lotíny a krémy jemně pečují o pokožku celého těla a navracují jí pružnost a hedvábnou jemnost. Přírodní vonné esenciální oleje v nich použité stimulují tělo a smysly a vytvářejí nezapomenutelnou atmosféru a zážitky pro klienty ve wellness salonech. Ztratil váš zákazník citlivou rovnováhu těla, myslí a duše v hektickém tempu každodenního života? Je neustále pod časovým tlakem a nedokáže se oprostit od napětí ani večer? Pak ho nechte ponořit se do světa nálad peclavus®wellness a najít klid. Jemné vůně šipkové růže, levandule, meduňky a dalších znamenitých esencí ho během aplikace i po ní přivedou zpět k sobě. Tímto způsobem se setkává s vnějším světem s novým klidem.



Pokud má váš zákazník stále častěji pocit, že jeho energetické zásoby jsou vyčerpány a chybí mu lehkost čelit každodenním výzvám s chutí do akce, měl by objevit náladový svět peclavus® wellness, „dobit energii“. Vitalizující vůně jako pomeranč, máta a jedle bělokora přinesou do vašeho organismu svěží impuls a dodají vám novou chuť do života. S těmito příjemnými vzpomínkami se uvízlé myšlenky dají do pohybu. Pro větší přehlednost a nové nápady.

Aroma masáž je smysluplným zážitkem pro tělo i mysl. Esenciální oleje působí nejen na čich, ale při vstřebávání pokožkou mají také relaxační nebo regenerační účinek.

Po masáži dopřejte svým zákazníkům pauzu. Nechejte je chvíli odpočívat zabalené v prostěradle či dece, aby je vůně mohla déle zahalít a olej se mohl dobře vstřebat do pokožky. S kompletní sadou máte k dispozici celé spektrum přírodně získaných esenciálních olejů, takže si spolu s kvalitními základními produkty můžete vytvořit vlastní vonné kreace.



### TIP

- *Vždy skladujete na chladném a suchém místě.*
- *Chraňte před světlem nebo slunečním zářením (proto esenciální oleje vždy uchovávejte v tmavých lahvičkách.)*
- *Vždy nechejte zákazníky přivonět k plně lahvičce, čím prázdnější je, tím více je prostoru pro kyslík, který může s esencí oxidovat. To je na úkor nádherné vůně.*



## STARTOVACÍ SADA AROMA MASÁŽNÍCH ESENCIÁLNÍCH OLEJŮ

Sada obsahuje: neutrální masážní lotion, mandlový masážní olej, esenciální oleje: levandule, Ylang Ylang, meduňka, citron, červený pomeranč, grapefruit, jedle bělokorá, santalové dřevo, skořicové kůra, dřevěný podstavec na éterické oleje, dřevěnou aroma lampu, sěrku na krémy, skleněnou mísu a kartičky vonných dobrodružství na prezentaci. S touto sadou se stanete «aroma specialistou». Práce, která baví a nadchne zákazníky.

Více na [www.coneta.cz](http://www.coneta.cz), [www.ruck.cz](http://www.ruck.cz)

100%  
PŘÍRODNÍ



100%  
VEGAN



CERTIFIKOVANÁ  
PŘÍRODNÍ  
KOSMETIKA



ESENCIÁLNÍ OLEJE | 10 ml

JEDLE BĚLOKORÁ | DOBITÍ ENERGIE  
SKOŘICOVÁ KŮRA | ČÍTIT SE SVĚŽE

„Je projevem lidského  
snu zachytit vůně  
přírody.“

Čítat Axela Meyera o esenciálních olejích  
(Malá encyklopedie vůní)

## APLIKACE

Esenciální oleje jsou koncentrované směsi účinných látek a neměly by se používat neředěné. Vždy se řiďte pokyny pro dávkování uvedenými na etiketě. Pro provonění místnosti nakapejte přibližně 5-10 kapek do filtrované vody ve vonné lampě nebo přímo na vonný kámen. Pro aromatickou koupel se osvědčilo smíchat éterický olej s emulsiřím - např. se 4 lžícemi smetany, mléka nebo medu, tekutého mýdla nebo mořské soli. Pro plnou koupel je vhodných přibližně 5-15 kapek, pro koupel nohou přibližně 3-5 kapek éterického oleje. Pro aroma masáž je vhodné smíchat esenciální olej se základním přípravkem - např. s masážními oleji peclavus® wellness mandlový, jojobový a sezamový nebo masážním krémem neutral. Odpovídající poměr míchání může být 2-40 kapek na 50 ml základního přípravku. Dávkování na jednotlivých etiketách slouží jako vodítko.



## TIP PRO CHLADNÉ OBDOBÍ

Pro dlouhotrvající pocit  
dokonale zregenerované  
pokožky



TĚLOVÉ MÁSLO | 250 ml

ŠÍPKOVÁ RŮŽE / REGENERACE,  
ZKLIDNĚNÍ

## Jaké kosmetické přípravky jsou nejvhodnější

# v péči o nohu nejen u diabetiků

Snad nejvíce namáhanou částí našeho těla jsou nohy. Od našich prvních krůčků až po stáří nás nohy nesou celým životem. Postupem času se mohou na nohách objevit vlivem tlaku větší otoky, kuří oka, ale i různé ortopedické vady, např. kladívkové prsty, Hallux valgus (vbočený palec) nebo příčně i podélně plochá noha. Proto si zaslouží naší pozornost. Víte, jak se o ně správně starat nejen v létě, ale po celý rok a tím předejít možným komplikacím, které u diabetiků mohou být velmi závažné?

Slýchávám často otázku: Čím si mám nohy mazat? Abychom si dokázali vybrat vhodný kosmetický přípravek, musíme si něco málo říct o kůži na nohách diabetika. V první řadě musíme počítat s horším přívodem okysličené krve i dalších živin. Také zhoršený proces odbourávání cukrů může nést riziko jejich zadržování v kůži, což má nemalý vliv na rozvoj mykotických onemocnění. Kůže se vlivem diabetu stává velmi suchou, může se třepit, vznikají nebezpečné praskliny. Každá prasklina a jiné i drobné poranění je vstupní branou infekce, což znamená velké riziko vzniku nehojící se rány. Kosmetika tedy musí obsahovat látky vhodné pro diabetiky.

Na trhu je možné vybírat z různého provedení přípravků: např. krémové pěny, balzámy, masti. Vždy si vybíráme kosmetiku určenou pro pokožku nohou diabetika a nepoužíváme krémy na ruce a ani na ošetření pleti obličeje.



**Jana Výmolová,**  
2. viceprezident  
České podiatrické společnosti



Nejčastější kombinací účinných látek obsažených v kosmetických výrobcích je např. urea, glycerin, lanolin, panthenol, pentavitin, oxid zinečnatý, z olejů jako olivový, mandlový, makadamový, jojobový, aloe vera nebo tea tree. Povězme si o nich více.

**UREA** váže vodu v kůži, zamezuje ztrátě vlhkosti, působí proti známčkám stárnutí, zabraňuje šupinatění a olupování kůže. Vidíme tedy, že tato složka je pro suchou kůži nohou velmi důležitá, musí však být obsažena v rozumné míře – při dlouhodobém používání kolem 5%. Nikdy dlouhodobě nepoužívejte přípravky s větším procentem ury, než je 15%.



**GLYCERIN** je součástí tuků, má schopnost se neomezeně mísit s vodou. Ve zředěném stavu se používá ke zvlhčování pokožky, neboť váže vzdušnou vlhkost, často ho tedy obsahují hydratační krémy. Opět volíme přípravky s menším množstvím glycerínu – méně je více, proto raději používáme méně koncentrované přípravky, zato denně.

**LANOLIN** je tuk získaný z ovčí vlny. Funguje jako hydroizolační vrstva, což by bylo zajímavé, pokud by tato látka ovšem nepatřila mezi časté alergeny. Pro diabetiky je z tohoto hlediska méně vhodný až nevhodný.

**PANTHENOL**, který známe také jako provitamin B5, hojí poraněnou kůži nejen při slunečním ozáření, ale i při drobných oděrkách a prasklinách. Další velkou výhodou je, že alergizuje jen velmi vzácně.

**PENTAVITIN** má hluboké hydratační vlastnosti, účinně snižuje ztrátu vlhkosti a vysoušení pokožky. Je vhodný i pro velmi citlivou pleť.

**OXID ZINEČNATÝ** má čistící, antibakteriální a antimykotické vlastnosti, je vhodný i pro citlivou a podrážděnou pokožku.

**PŘÍRODNÍ OLEJE** se používají lisované za studena, zanechávají pocit hladkého a sametového povrchu, jsou většinou vhodné i pro zralou a citlivou pleť.

Jednou z novinek na trhu je **OZONIZOVANÝ OLIVOVÝ A MAKADAMOVÝ OLEJ**. Znamená to, že přípravky z těchto olejů jsou obohacené o aktivní kyslík – ozón. Je to prvek spolehlivě ničící mnohé bakterie, viry, plísňe. Slouží tedy k dezinfekci, hojení drobných poranění, regeneraci kůže a zlepšení její výživy. I když cena těchto produktů může být nepatrně vyšší než běžně dostupná kosmetika, pro uživatele znamená daleko vyšší přínos v péči o zdraví.







**ALOE VERA** je velmi známá rostlina s hojivými účinky. Stejně tak olej z kajeputu střídačolistého, zvaný tea tree, vyniká silným dezinfekčním účinkem. Obě složky – aloe vera i tea tree olej jsou vhodnou doplňkovou přísadou do kosmetiky určené k péči o nohy.

Musím zmínit ještě **speciální přípravky s obsahem kyseliny salicylové**. V lékárnách najdete přípravek, v němž se kombinuje kyselina acetylsalicylová s ureou. Většinou je doporučován na kůži tvrdou, silně zrohovatělou (hyperkeratóza), vytvářející praskliny. Tato kombinace však u diabetiků může způsobit velmi závažné problémy s pokožkou, proto ji doporučuji používat pouze po konzultaci s lékařem. Kyselina salicylová je obsažena i v náplastech na kuří oka a přípravcích na mozoly. Jelikož při špatné aplikaci může způsobit závažná poranění až defekty, doporučuje se, aby ji diabetici vůbec nepoužívali a kuří oka nebo mozoly si nechali odstranit při kvalitní odborné přístrojové pedikúře. Vzdělaná pedikérka dokáže také velmi dobře doporučit správnou kosmetiku na nohy s ohledem na stav pokožky nohou konkrétního člověka.

Každý člověk je jedinečný, proto i kůže každého je jiná, takže stejné onemocnění nepředpokládá stejnou kosmetiku k ošetření nohou.

## JAK SPRÁVNĚ PŘÍPRAVKY NA NOHY APLIKOVAT?

Krémové pěny je nutné nejprve dobře protřepat. Použijeme jen tolik pěny, jako je velikost lískového oříšku, a řádně vmasírujeme do pokožky plosky nohy. Není třeba dávat velké množství,



kůže se po ošetření nemá cítit mastná, mokrá. Proto jsou také pěny velice úsporné a jejich relativně vyšší cena se při správném používání vždy vrátí. Některé pěny se mohou používat i do mezprstí. Krémy, balzámy a masti se vtírají do pokožky ideálně několik minut, nesmí přijít do mezprstí. Vytvářejí v těchto prostorách teplé vlhko, které podporuje růst plísní. Opět vyšší množství přípravku neznamená lepší účinek. Spíše je lépe vmasírovat do pokožky menší množství přípravku při každodenní péči.

Závěrem lze říci, že pravidelné používání vhodného kosmetického výrobku nejen zlepšuje stav vysušené a namáhané pokožky nohou, ale také předchází prasklinám nebo větším hyperkeratózám. Revitalizovaná pokožka má lepší bakteriální, antimykotické a virucidní schopnosti. Nejlépe vstřebatelné jsou pěny, balzámy, krémy. Jejich používání je doporučováno pravidelně každý den, nejlépe na noc, ideálně však ráno a večer. Dobře zvolená kosmetika se uživateli odmění zdravou kůží a bezbolestnou chůzí. Což je účel, jehož se vytrvale snažíme dosáhnout. ●



# UVAŽUJETE O MOBILNÍ APLIKACI?

Mobilní aplikace na platformách Android a iOS.  
Vaše značka na Google Play a App Store.  
Komunikujte se zákazníky pomocí PUSH zpráv.



**Připravíme pro Vás mobilní aplikaci od 990 Kč/měs.**

**Naše reference: 250+ mobilních aplikací**

Česká gastroenterologická společnost • Gynet Group  
Harley-Davidson Ostrava • Penzion Jurášek • Komfort agentura práce  
Město Orlová • Ramissio • Rehabilitační centrum Čeladná a další.

**Zdarma** ke stažení na Google Play a Apple Store



**APPKEE**

APPKEE

Tel.: +420 800 808 008 | Email: [libor@appkee.cz](mailto:libor@appkee.cz)

APPKEE s.r.o. | [www.appkee.cz](http://www.appkee.cz)



Jsme Bis Bis.  
VYRÁBÍME A PRODÁVÁME ČESKOU  
KOSMETIKU PRO PEDIKÉRKY, PODPORUJEME JE  
A POMÁHÁME JIM ZLEPŠOVAT SLUŽBY.

*Bis Bis*

[WWW.BISBIS.CZ](http://WWW.BISBIS.CZ)

Z 85 % PŘÍRODNÍ SLOŽENÍ.



## Přidejte se do skupiny pedikérek Bis Bis. Jaké výhody pro vás máme?

- Nabízíme podporu nejen začínajícím pedikérkám, ale i těm s letitou praxí. Zašleme vám vzorky naší kosmetiky k vyzkoušení a po celou dobu podnikání tu pro vás budeme. Necháme vám zpracovat letáky, pozvánky a plakáty na míru, nebo si je u nás můžete stáhnout.
- Kosmetiku Bis Bis vyvíjíme společně s pedikérkami. Každý krém projde nejprve podrobným testováním a když jej vyladíme, pustíme ho do světa. Staňte se součástí tohoto procesu.
- Pro naše zákaznice připravujeme pravidelná setkání a odborná školení. Některá jsou zcela zdarma, dále máme specializovaná za výhodnějších podmínek, například na ošetření zarostlého nehtu. Přijďte se také vzdělávat a seznámit osobně.
- Tvoříme mapu českých a slovenských Bis Bis pedikérek – už jich tam máme téměř 100. Přidejte se. Zákazníci vás snadno najdou.
- Podporu najdete nejen od nás, ale i od dalších pedikérek, které jsou součástí facebookové skupiny Bis Bis pedikérky.

DOPRAVA ZDARMA OD 1 800 Kč.



**Ing. Michaela Koušová**  
Přístrojová pedikúra, Kralupy nad Vltavou

## Co vše musíme zařídit, když chceme

Všichni si určitě moc dobře pamatujeme, jak těžké bylo začít podnikat v našem oboru. Co všechno zařídit, kde se přihlásit, co předložit a komu, ještě teď mi z toho jde hlava kolem. Když jsem se rozhodla, že se budu živit pedikúrou, musela jsem nastudovat velkou spoustu materiálů z internetu, abych se dozvěděla, co všechno pro podnikání v pedikúře musím udělat. Informace jsem bohužel nenašla na jednom místě, hledala jsem z více zdrojů. A většinou jsem si na vše musela přijít sama. Proto jsem se rozhodla vše shrnout do jednoho článku.

Poskytování pedikérských služeb patří mezi řemeslné živnosti ohlašovací, které vyžadují příslušné odborné vzdělání v daném nebo příbuzném oboru. Při zakládání pedikérského studia je nutno začít získáním živnostenského oprávnění. Podmínky živnostenského podnikání upravuje zákon **č. 455/1991 Sb.**, tzv. živnostenský zákon, který definuje živnosti koncesované a živnosti ohlašovací. **Pedikúra patří mezi živnosti ohlašovací, řemeslné.** Řemeslnou živnost je možno ohlásit na kterémkoli živnostenském úřadě, prostřednictvím kontaktních míst veřejné správy Czech POINT nebo elektronicky prostřednictvím informačního systému Registr živnostenského podnikání. K ohlášení slouží jednotný registrační formulář, který je ke stažení například na stránkách Ministerstva průmyslu a obchodu.

**Pro získání oprávnění poskytovat pedikérské služby je třeba splnit několik podmínek:** věk minimálně 18 let, způsobilost k právním úkonům, bezúhonnost, odborná způsobilost, daňová bezdlužnost v oblasti podnikání, bezdlužnost vůči správě sociálního zabezpečení a bezdlužnost vůči zdravotní pojišťovně.

Když půjdeme ohlásit řemeslnou živnost, budeme předkládat tyto doklady: průkaz totožnosti, výpis z Rejstříku trestů, potvrzení, že o podnikateli nejsou evidovány daňové nedoplatky z podnikání, nedoplatky na platbách pojistného na sociální zabezpečení a příspěvku na státní politiku zaměstnanosti. Dále budeme dokládat odbornou způsobilost. Připravme se na to, že zaplatíme správní poplatek 1 000 Kč za vydání živnostenského listu (v případě ohlašování další živnosti 500 Kč).



# podnikat v pedikúře

## ODBORNÁ ZPŮSOBILOST PRO ŘE- MESLNÉ ŽIVNOSTI SE PROKAZUJE DOKLADEM NEBO DOKLADY:

- o řádném ukončení středního vzdělání s výučním listem v příslušném oboru vzdělání
- nebo o řádném ukončení středního vzdělání s maturitní zkouškou v příslušném oboru vzdělání nebo s předměty odborné přípravy v příslušném oboru
- nebo o řádném ukončení vyššího odborného vzdělání v příslušném oboru vzdělání
- nebo o řádném ukončení vysokoškolského vzdělání v příslušné oblasti studijních programů a studijních oborů
- nebo uznáním odborné kvalifikace, vydaným uznávacím orgánem podle zákona o uznávání odborné kvalifikace
- nebo dokladem o získání všech profesních kvalifikací tak, jak jsou pro odpovídající povolání stanoveny v Národní soustavě kvalifikací.

Pokud použijeme k založení živnosti na živnostenském úřadě jednotný registrační formulář, nemusíme obíhat další úřady, protože informaci o začátku podnikání, jeho přerušení či jakékoli jiné změny tímto rovnou ohlásíme také finančnímu úřadu, zdravotní pojišťovně a správě sociálního zabezpečení.

**Zdravotní pojištění musíme zaplatit z celého svého zisku, který máme jako OSVČ.** A pokud máme OSVČ jako hlavní činnost, musíme každý měsíc zaplatit zálohu, a to i tehdy, když začínáme nebo jsme měli ztrátu. Máme-li OSVČ jako vedlejší činnost, zálohy neplatíme. Pojistné na zdravotní pojištění OSVČ je 13,5% z vyměřovacího základu, tedy 6,75% ze zisku. Platíme podle toho, kolik nám vyšlo v přehledu příjmů, minimálně však: 2 627 Kč od ledna 2022 (za leden splatné do 8. února) a v minulém období 2 393 Kč od ledna 2021 (za leden splatné do 8. února).

## Zálohy na sociální pojištění

musíme platit, pokud máme samostatnou činnost jako svoji hlavní činnost. A také tehdy, pokud ji máme jen jako vedlejší, ale dosáhli jsme slušného zisku. Zálohy nemusíme platit, když máme samostatnou výdělečnou činnost jako vedlejší a máme nízký zisk.

Minimální zálohy při hlavní činnosti ve výši 2 588 Kč platíme od podání přehledu za rok 2020 do podání přehledu za rok 2021 (konec dubna 2022). Zálohu v minimální výši pro hlavní činnost platíme tehdy, když máme OSVČ jako hlavní činnost. Pokud nám ale v přehledu příjmů za minulý rok vyšla vyšší záloha, platíme podle přehledu tu vyšší.

**A jak je to s daněmi?** My jako podnikatelé OSVČ, uplatňující výdaje paušálem, máme po konci roku práci s daněmi obvykle nejsnadnější. Dle druhu činnosti si můžeme z dosažených příjmů uplatnit výdaje ve výši 80% (do částky 1 600 000 Kč), 60% (do částky 1 200 000 Kč), 30% (do částky 600 000 Kč), či 40% (do částky 800 000 Kč). V případě daňové evidence je potřeba na konci roku provést kromě zjištění stavu pohledávek a závazků také inventarizaci majetku, zásob a finančního majetku – a to vše zohlednit v přiznání. Dokonce od roku 2021 nemusíme ani odevzdávat daňové





přiznání, pokud se přihlásíme k placení paušální daně. Je to platba, pomocí které můžeme jednoduše splnit všechny své povinnosti vůči státu. Zahrnuje daň z příjmu i sociální a zdravotní pojištění.

Provozování pedikúry je dle zákona považováno za **činnost tzv. epidemiologicky závažnou**, při jejím provozování je tedy nutné splnit řadu povinností předepsaných krajskou hygienickou stanicí – zejména ohledně samotných prostor, ve kterých je činnost vykonávána. Primárně prostory musí být zkolaudovány pro účely naší činnosti. Pokud je tedy naše budoucí provozovna kolaudována jako prostor pro bydlení, měli bychom požádat o kolaudační rozhodnutí na stavebním úřadě.

Dále sepišeme **provozní řád, který by měl obsahovat následující informace**: základní údaje o provozovně, údaje o osobě vykonávající službu péče o tělo, popis činnosti, použití strojů, přístrojů a dalších zařízení, zásady prevence vzniku infekčních a jiných onemocnění, ke kterým by mohlo dojít nesprávně poskytnutou službou, podmínky dezinfekce a sterilizace, zásady osobní hygieny pracovníků a ochrany

zdraví klientů, způsob zacházení s prádlem a očisty prostředí provozovny, zabezpečení vybavené lékárničky první pomoci dle poskytované služby aj. Provozní řád vždy schvaluje krajská hygienická stanice. Dále si musíme zařídit vydání zdravotního průkazu a jsme povinni jej mít vždy u sebe. Podrobnější informace ohledně hygienických požadavků a požadavků na samotné prostory doporučuji konzultovat s krajskou hygienickou stanicí, která by měla poskytnout přesnější informace týkající se konkrétního prostoru pro podnikání.

V této době bude také užitečné, pokud si necháme na hygieně schválit také **provozní řád pro mobilní činnost**, využijeme ho v případech, kdy budeme docházet za klienty domů.

Tak to by mohlo pro začátek stačit, ne? Přeji Vám hodně úspěchů v budoucím podnikání a hodně spokojených klientek a klientů, kteří se k Vám budou rádi vracet. ●

# Pandemie

## nás změnila



Mgr. Eva Ptáčková

**Ze dne na den jsme se všichni ocitli ve změně standardních každodenních návyků, fungování rodin, ale i omezení pracovní činnosti.**

Toto období přineslo pro mnoho z nás nejen psychologické problémy, zhoršení fyzického stavu, ale hlavně v našem případě, kdy poskytujeme služby klientům, úplnou ztrátu výdělku. Mnoho našich kolegyně bylo nuceno zavřít svoje salony a najít si práci, která neodpovídala jejich vzdělání, jen aby uživily rodinu. Bohužel i naši klienti byli nuceni začít uvažovat o změnách výdajů peněz, a tím začaly velké škrty v rodinném rozpočtu. Kromě dovolených a jiných výdajů došlo i na služby. Myslím, že se tyto škrty v domácích rozpočtech dotkly mnoha z nás.

Dalším problémem, který nastalou situací vznikl, je zdražování. První vlna pandemie přinesla změnu cen. A to nejen cen potravin, ale pro nás především materiálů a – stejně jako ve zdravotnictví – ochranných pomůcek. Tím pádem jsme byli i my nuceni uzpůsobit cenu služeb. To vedlo k mírné selekci zákazníků. Po uzavření provozoven a změně životních stylů mnohých z nás mohu poprvé říci, že stálo klientelou se stali převážně penzisté.

Otázka ceny netrápí jen nás, ale i zákazníka. Zde hraje velkou roli lokalita, konkurence v daném místě i finanč-

ní zdatnost klientů. Při výpočtu ceny služby si nejprve sečteme naše náklady spojené s podnikáním, jako nájem, energie, materiál, přístroje, nástroje, nábytek nutný k provozu salonu, naše výdaje na pojištění, povinné odvody, vlastní plat atd. Neopomíjíme ani ceny konkurence. V počáteční fázi vzniku služby samozřejmě nemůžeme měřit zkušenosti a znalosti v oboru s konkurencí, která stejnou službu provozuje již řadu let. Proto je cena vytvořena tak, abychom získali klienty a nabídli i něco navíc, co konkurence neposkytuje. Opět se zde dostáváme k neodmyslitelnému kontinuálnímu vzdělávání v našem oboru. Pokud můžete časem nabídnout opravdu plnohodnotnou komplexní odbornou službu, můžete každoročně ceny navyšovat a nepocítíte úbytek klientely. Oproti tomu ani začátečník, který si zmapuje konkurenci v okolí a nasadí opravdu nízkou cenu za službu, kterou vykonává, nemá záruku, že se klienti „lidově“ pohnou. Spíše si budou pokládat otázku, zda je tato služba za tak nízkou cenu opravdu tak kvalitní. Na druhou stranu cena nesmí být ani moc vysoká. Jak jsem již uvedla, po vyčíslení nákladů se musíme sami rozhodnout, zda zachováme cenu služby, nebo jsme nuceni zdražit.

**Naši klienti se opravdu změnilí.** Ti věrní, co stále vyhledávají naše služby, ať již z důvodů zdravotních nebo estetických, zaplatí i vyšší částku. Znají kvalitu služby. V případě nových klientů si mnohé kolegyně stěžují na lehkou aroganci a spíše nepřátelský pohled. Myslím si, že nutně potřebujeme jejich peníze, protože děláme „jen“ pedikúru, a oni si tak můžou dovolit s námi smlouvat o ceně. Ale moje rada pro pedikérky a pedikéry zní: Ne, nepotřebuji mít v mém prostoru lidi, kteří si ho nezaslouží. Přeji Vám všem do budoucna klienty, kteří si váží Vaší práce a respektují Vás. ●





Julie Budová, DiS., pedikúra Opava

## Nejčastější onemocnění nehtů nejen u diabetiků aneb



Obr. 1: Onychopatie (zdroj Výmolová)

### 1. DIABETICKO-NEUROPATICKÁ ONYCHOPATIE (DNO)

V rámci syndromu diabetické nohy s periferní polyneuropatií dochází k poruše zásobování nehtového matrix. Komplikace u diabetiků jsou například porucha hojení ran, zranění nehtů a kůže. U pacientů trpících DNO se mohou nehty upravit pomocí nehtových špon. Nevhodná léčba a péče o nohy může vést až k amputacím koncových článků prstů.

### 2. UNGUIS INCARNATUS - ZAROSTLÝ NEHET

Vznik tohoto defektu u diabetiků může způsobit vážné komplikace v kompenzaci diabetu. Hlavní příčinou jsou chronická tlaková traumata v důsledku nevhodného zkrácení nehtu, nevhodné obuvi, chybného postavení nohou nebo prstů, příliš hlubokých bočních výřezů nehtů nebo také dlouhotrvajících zánětlivých reakcí, které mohou mít různá stadia.



Obr. 2: Příklad (a) zarostlého nehtu a (b) zarostlého nehtu s onycholýzou (zdroj vlastní)



Obr. 3: Příklad (a) sklerodermie a (b) skleronychie (zdroj vlastní)

### 3. SKLERO-ONYCHIE A SKLERO- DERMIE (řec.: skléros = tvrdý)

Zpomalený růst nehtů až po zastavení růstu. Nehet se projevuje zesílením, žlutozeleným zbarvením s chybějící kutikulou a lunula je neviditelná. Sklerodermie se řadí k zánětlivým revmatickým onemocněním. Dochází k záchvatovitým prokrvením prstů na rukou nebo nohou (Raynaudův syndrom), která jsou vyvolána chladem, stresem nebo nějakým emocionálním vlivem.

# Slovníček v praxi



Obr. 4: Hematom (zdroj vlastní)

## 4. SUBUNGUÁLNÍ HEMATOM

Vzniká z traumatického tlaku neboli zhmoždění prstů. Je to poškození nehtového matrix a nehtového lůžka. Možné komplikace pak mohou být: onychodystrofie, onycholýza nebo mykóza.



Obr. 5 (zdroj vlastní)

## 5. ONYCHOGRYFÓZA

(řec.: grypos = zakřivený)  
Zesílený, zakřivený, zkroucený až drápkovitý nehet, který obvykle roste šikmo nahoru a je zbarven žlutě nebo hnědě.



Obr. 6 (zdroj vlastní)

## 6. UNGUIS CONVOLUTUS

Kleštový nehet nebo zkroucený nehet je chorobné příčné zakřivení nehtové ploténky s okraji hlubokými ohnutými do nehtového valu.



Obr. 7 (zdroj vlastní)

## 7. ONYCHOMYKÓZA (řec.: mykos = houba)

Infekční deformita způsobená vláknitými houbami, vznikající při oslabení imunitního systému, nedostatečné hygieně nebo poruše látkové výměny či prokrvení (diabetes, diabetická angiopatie). Související komplikace jsou: ztráta nehtu, trvalé poškození nehtového lůžka, zhoršení stavu způsobené původními zárodky vlhkých bakterií.



NIEDERAUOVÁ, Anke. Velká kniha onemocnění nehtů. Planegg: Neuer Merkur GmbH, 2016. 3. přepracované a rozšířené vydání, 2017. ISBN 978-3-95409-031-0.

DILL, Dorothee, ZAUN, Hansotto. Onemocnění nehtů – patologické změny. Balingen: Spitta Verlag GmbH, 10. přepracované vydání, 2013. ISBN 978-80-270-5203-5.

Preventivní pedikúra v péči o klienta se syndromem diabetické nohy a dalšími chorobami nohou



# Chirurgie nohy



## **Doc. MUDr. Rastislav Hromádka, Ph.D.**

promoval v roce 2000 a v posledních 15 letech se systematicky věnuje chirurgii nohy. V současné době pracuje na Ortopedické klinice 1. LF UK ve Fakultní nemocnici v Motole. V roce 2015 zavedl do rutinních chirurgických výkonů v oblasti hlezna a chodidla miniinvasivní přístupy, pomocí kterých se provádějí osteotomie a artrodézy. [rastislav.hromadka@fnmotol.cz](mailto:rastislav.hromadka@fnmotol.cz), [www.ortopedienohy.cz](http://www.ortopedienohy.cz)



**Chirurgie nohy je moderní a rozvíjející se podobor ortopedie. V České republice se začínají používat moderní postupy v chirurgických přístupech právě v oblasti hlezna a nohy. Dne 27. 11. 2021 se uskutečnilo každoroční setkání lékařů zabývajících se ortopedií nohy na semináři chirurgie nohy v Anatomickém ústavu 1. LF UK, Praha. Tento ročník byl jiný než předešlé, protože hlavním tématem byla Charcotova osteoartropatie. Jedním z přednášejících byl MUDr. Miroslav Koliba, MBA, prezident České podiatrické společnosti.**

**Charcotova osteoartropatie** je destruktivní postižení synoviálních kloubních spojení nohou. Tento chronický proces postihuje nejenom drobné klouby přednoží, ale také nosné klouby nohy. Právě destrukce hlezenního kloubu nebo dolního kloubu zánártního vede často k imobilizaci pacienta. Nejčastěji ale postihuje střední část nohy v místě skloubení nártních a zánártních kostí.

Podstatou vzniku osteoartropatie je postižení periferních nervů v dolních končetinách a jiné vnímání nejenom citlivosti kůže, ale také polohocitu a pohybecitu. Kromě vzácných příčin, které postihují periferní nervy, je tak nejčastějším důvodem vzniku osteoartropatie diabetes mellitus. Pacienty následkem neuropatie netrápí bolesti, ale pozorují zejména otoky a změnu tvaru chodidel. V pokročilých stadiích je typický výrazný rozdíl mezi vnímáním stavu pacientem a nálezem na rentgenových snímcích. Na RTG snímcích často nalézáme destrukce kloubů, kostí, jejich vykloubení, a to všechno opět bez vnímání bolesti pacientem.

V akutní fázi onemocnění je noha oteklá a klinické projevy mohou připomínat bakteriální zánět anebo příznaky pro hlubokou žilní trombózu. Postupně se chodidlo uprostřed „promolí“, klenba se zbotří a na spodní straně chodidla vznikají otlaky. V důsledku tlaků kostních prominencí zničených kloubů se otlaky mění ve vředy, které se infikují. Pokud se zavčasu nezačne s léčbou, je končetina ohrožena. Tyto stavy jsou z důvodu snížené citlivosti kůže často podceňovány pacientem i lékaři.





V akutním stadiu onemocnění je nejdůležitější odlehčení končetiny a mezioborová spolupráce. Používají se speciální odlehčovací dlahy a chůze o berlích. Léčba v tomto stadiu není možná bez konzultace s diabetologem a spolupráce by měla být navázána i s protektikem. V případě infekce kožních ulcerací je nutná kontrola lékařem a antibiotická terapie.

Chirurgická léčba Charcotovy osteoartropatie se indikuje vždy uvážlivě. Rozsáhlé výkony u těchto pacientů jsou zatíženy vysokým rizikem neúspěchu a pooperačním výskytem infekčních komplikací. Operace se v léčbě volí zejména v případech, kdy dochází k rychlé progresi deformity nohy a slouží k udržení tvaru nohy. Chirurg by neměl mít ambice při operaci vytvořit z postižené končetiny ideální tvar nohy, ale spíše se snažit nalézt co nejlepší a nejjednodušší řešení. V případě vnitřní fixace pomocí šroubů a dlah nemůžeme očekávat

zhojení kostních tkání, ale pouze určitý typ zajištění a stabilizaci tvaru nohy. V současné době se v chirurgické léčbě osteoartropatie začínají používat i moderní miniinvasivní přístupy. Z malých kožních vstupů je pomocí rotačních fréz možné odstranit pouze kostní prominence, které vytvářejí tlak na kůži. Rovněž tak lze rotačními frézami provádět osteotomie kostí za účelem změny postavení prstů a palce nohy, a tím změnit tlak na kůži při jejich deformitách.

Závěrem semináře chirurgie nohy byla zdůrazněna mezioborová spolupráce v léčbě Charcotovy osteoartropatie kloubů nohy a spolupráce České podiatrické společnosti a České sekce chirurgie nohy (Czech Foot and Ankle Society, [www.CZFAS.cz](http://www.CZFAS.cz)). Zdůrazněny byly také obtíže v diagnostice, důležitost intenzivní péče a odlehčení v případě akutního stadia tohoto onemocnění. ●



# Rozhovor

## s Janou Olivovou, Miami 2021



**PaedDr. Michal Joshua Frána, MHA, MBA, LL.M.**



### CO VŠE BY MĚL STUDENT ABSOLVOVAT PŘED STÁTNICEMI?

Čtyřleté studium jedné z podiatrických medicín. První kolo státnic se píše po dvou letech studia. Druhé kolo se píše po třech a půl letech studia. Třetí kolo se píše buď před dokončením studia, nebo během prvního roku tzv. residency (student si může vybrat). První kolo státnic je velice podobné zkoušce step 1 USMLE, kterou musí absolvovat studenti všeobecného lékařství. K přípravě na tuto zkoušku používáme i stejnou učebnici – First Aid for the USMLE STEP 1. Na druhé a třetí kolo státnic se většinou připravujeme z učebnice WATKIN'S MANUAL of Foot and Ankle Medicine and Surgery a z Mc Glamry's Comprehensive Textbook of Foot and Ankle Surgery. Další oblíbené zdroje mezi studenty jsou Crozer-Keystone

Residency Manual či Prism Plus. Nedílnou součástí přípravy jsou také modelové testy. Naše škola nám je zajistila zdarma přes vzdělávací společnost BoardVitals.

### JAKÉ JSOU STÁTNÍ ZKOUŠKY A Z ČEHO SE SKLÁDAJÍ?

Státnice mají celkem tři kola: APMLE (American Podiatric Medical Licensing Exam) Part 1, dále Part 2 psaná a Part 2 CSPE (Clinical Skills Patient Encounter) a poslední Part 3. První kolo se absolvuje po dvou letech studia. V něm se testují znalosti z anatomie, embryologie, histologie, genetiky, geriatry, anatomie dolní končetiny, biochemie, fyziologie, mikrobiologie a imunologie, patologie a farmakologie. Test se píše v jednom ze specializovaných center PROMETRIC. Je to čtyřhodinový test na počítači s možností výběru odpovědí (tzv. multiple choice test). Test má 250 otázek. Druhé kolo státnic se skládá ze dvou částí – psaný test a ústní zkouška s pacienty. Psaná zkouška má podobný formát jako u prvního kola. Je to opět čtyřhodinový test, který se skládá zhruba ze 220 otázek. Testují se zde znalosti z interní medicíny, radiologie, ortopedie, biomechaniky, sportovní medicíny, anesteziologie, chirurgie, práva a výzkumu. U praktické zkoušky student musí předvést dovednosti, které jsou potřeba k vyšetření pacientů, a to jak podiatrických, tak obecné medicíny. Hlavní důraz se klade na verbální a psanou komunikaci. Každý student musí během předem stanoveného času vyšetřit 12 pacientů, určit správně



diagnózu a napsat lékařskou zprávu. Třetí kolo státnic je velice podobné druhému kolu. I obsahově je zkouška podobná. Testují se zde klinické znalosti, které jsou potřeba k bezpečné samostatné práci podiatra.

## JAKÉ JSOU MOŽNOSTI PRO ABSOLVENTY V OBORU PODIATRIE V USA?

V USA je po absolvování jedné z podiatrických medicín povinná tříletá chirurgická rezidentura, tzv. residency. Po residency je ještě možnost absolvovat specializovaný roční či dvouletý program fellowship. V USA existuje přes 300 rezidenčních programů, z kterých si studenti mohou vybrat. Získání Vámi vybrané residency ale není snadné. Na některá místa se hlásí i 300 studentů a většinou berou jen dva nebo tři. Některé programy dokonce berou jen jednoho rezidenta ročně. Celý proces k získání residency začíná šestiměsíčními stážemi ve Vámi vybraných rezidenčních programech. Aby Vás na stáž vybrali, musíte mít určitý známkový průměr, který se liší podle prestiže daného programu. Také se pohlíží na výzkumnou činnost během studia a dobrovolnictví. Po absolvování stáží si podáte přihlášky do Vámi zvolených programů a čekáte, jestli Vás vyzvou k pohovoru. Pohovory mají většinou dvě části – vědomostní, kde se Vás mohou zeptat prakticky na cokoli z oblasti medicíny, a tzv. social, kde se Vás ptají na věci z běžného života. Rezidenční programy vystavují absolventy podiatrické medicíny strukturovanému výukovému prostředí a zkušenostem v obecné léčbě pacientů v lékařství spolu s výcvikem v diagnostice a péči v podiatrické patologii. Podobně jako u jiných lékařských oborů tento vzdělávací proces probíhá ve fakultních nemocnicích nebo akademických zdravotnických střediscích po celé zemi. Licenci k výkonu podiatrického lékařství vydávají jednotlivé státy. Požadavky na udělení licence a rozsah praxe se stát od státu liší, takže i k tomu student musí přihlížet při výběru rezidenč-

ních programů a budoucí práce. Po úspěšném absolvování residency většina podiatrů pracuje v podiatrických ordinacích, a to buď samostatně, nebo s jinými podiatry. Někteří pracují ve skupinové praxi s jinými lékaři nebo specialisty. Jiní pracují v soukromých a veřejných nemocnicích, v ambulantních pečovatelských centrech nebo pro vládu. V rámci své profese se podiatři mohou specializovat na různé oblasti, jako je chirurgie, ortopedie nebo veřejné zdraví. Kromě těchto certifikovaných specializací mohou podiatři vykonávat specializaci, jako je sportovní lékařství, pediatrie, dermatologie, radiologie, geriatrie nebo péče o diabetickou nohu.

## JAK ZHRUBA BY MĚLA VYPADAT CESTA K AMERICKÉMU SNU V PODIATRII A V JAKÉM STÁTĚ JI ABSOLVOVAT?

Cesta je to dlouhá a drahá. To jsou dvě věci, které si člověk musí předem uvědomit. Já osobně začala, když mi bylo 25 let, a samostatně budu moct ordinovat až ve 38 letech. Nejdříve je třeba získat bakalářský titul z americké školy. Studium bakaláře většinou trvá 4 roky. Pak je nutné absolvovat zkoušku MCAT, která je podmínkou k přijetí na studia medicíny. Podiatrická medicína trvá 4 roky. Rezidentura 3 roky. Dohromady je to minimálně 11 let. Průměrný dluh za školné po ukončení podiatrické medicíny je 300 000 dolarů.

Co se týče státu, tak v USA je jen 10 podiatrických medicín (Texas, Florida, 2x Kalifornie, Arizona, NewYork, Iowa, Illinois, Ohio, Pennsylvania). Rezidenční programy jsou skoro ve všech státech. Nedá se říci, že by určitý stát byl lepší než ostatní. Záleží při výběru na mnoha faktorech a osobních preferencích.

## BUDETE SE CHTÍT PROFESNĚ SOUSTŘEDIT I NA ČR?

Ano, ale vše je ještě ve hvězdách. ●



# Akcelerace hojení rozsáhlého diabetického defektu použitím Amniodermu, alogenního transplantátu z lyofilizované amniové membrány – kazuistika

MUDr. J. Venerová, Interní klinika 1. LF UK a ÚVN

MUDr. D. Majkus, Chirurgická klinika 2. LF UK a ÚVN

V kazuistice popisujeme případ 81letého diabetika 2. typu s rozsáhlým defektem pravé nohy, u kterého jsme při lokální léčbě použili inovativní krycí materiál Amnioderm - alogenní transplantát z lyofilizované amniové membrány.

Pacient byl v 1/2021 akutně přijat na Chirurgickou kliniku ÚVN (CHK) pro vlhkou

gangrénu v oblasti III. prstu pravé nohy s flegmónou zasahující až k distálnímu bér-ci. Od r. 2017 byl předtím sledován v podiatrické ambulanci ÚVN pro chronický defekt plosky pravé nohy, který se v 8/2020 zhojil. Další diagnózy: SDN, neuropatie, ICHDK F IV., stenóza ATA vpravo, st.po PTA ATA vpravo v 3/2017 s pouze částečným efektem, AV blok II typu Wenkebach, KS, art. hypertenze, dyslipidémie, chronická renální insuficience, GF CKD 2, AIT na substituci, tinitus, ex-nikotinizmus.

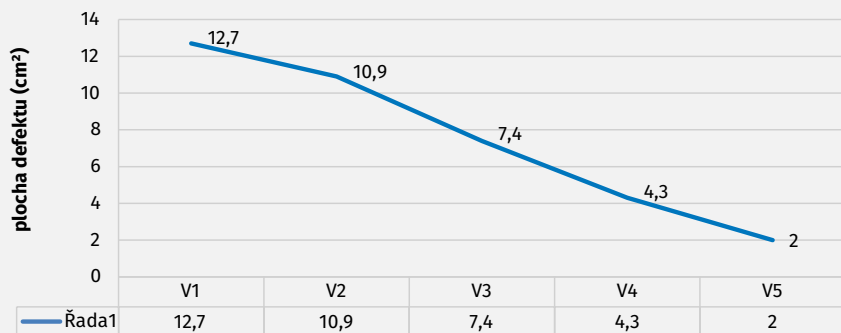
Po přijetí na CHK byla na operačním sále provedena laváž a nekrektomie defektu pravé nohy a nasazena i. v. ATB. V průběhu hospitalizace byla při opakované revizi rány provedena nekrektomie, resekce hlaviček II. a III. prstce a amputace III. prstu s nasazením VAC terapie. Z CHK byl pacient po 23 dnech přeložen do LDN. Při propuštění měl pacient chodící v chodítku rozsáhlý defekt dorza na laterální straně pravé nohy s obnaženými šlachami a granulující spodinou. Další péče probíhala ambulantně v chirurgické ambulanci. Převazy defektu probíhaly ob den, s oplachem rány desinfekčním roztokem a s aplikací Baunovidonu na spodinu se sterilním krytím.

Společně s chirurgem jsme se v 5/2021 rozhodli k lokální léčbě defektu použít biologický krycí materiál Amnioderm (AD). Při vstupním vyšetření na podiatrii měl pacient na laterální straně dorza pravé nohy defekt



Obrázek č. 1: St. po vstupní nekrektomii infikovaného defektu pr. nohy (A, B), lokální náleží před dimisí z CHK (C, D).

## Hojení diabetického defektu nártu po pěti aplikacích Amniodermu (V1-V5)



velikosti 10x2 cm, s granulující spodinou, bez známek infekce. Defekt byl nebolestivý, kompenzace diabetu velmi uspokojivá s HbA1C 45 mmol/mol, PDK pacient odlehoval chůzi v chodítku či s 2 fr. holemi.

Po chirurgickém debridementu jsme na defekt za sterilních podmínek aplikovali Amnioderm. Jako sekundární krytí jsme zvolili Mepilex XT a sterilní krytí. Převaz rány probíhal jednou týdně v podiatrické ambulanci, Amnioderm jsme aplikovali celkem 5x, postupně jsme použili balení o velikosti 6x4 cm (2x), 4x2 cm (2x) a 2x3 cm. Již po první aplikaci jsme pozorovali akcelerovanou reepitelizaci s rychlým hojením defektu. V průběhu 5 týdnů došlo ke zmenšení plochy defektu z 12,7 cm<sup>2</sup> (1. aplikace AD, měřeno aplikací Imito) na 2,0 cm<sup>2</sup> (5. aplikace AD), týden po poslední aplikaci byl na nártu zbytkový defekt 0,6x0,2 cm. V průběhu léčby jsme nepozorovali žádné vedlejší účinky ani rozvoj infekce.

*Obrázek č. 2: Vývoj hojení defektu pr. nohy při lokální léčbě Amniodermem, který byl aplikován jednou týdně, celkem 5x ( Vizita 1-5). Lokální nález týden po poslední aplikaci (Vizita 6).*







Obrázek č. 3: Vývoj hojení defektu pr. nohy při léčbě Amniodermem. Lokální nález na pravé noze dva týdny před první aplikací Amniodermu (A), při první aplikaci (B), při třetí aplikaci (C) a týden po páté aplikaci (D).

### Závěr:

Kazuistika popisuje použití Amniodermu v lokální léčbě rozsáhlého diabetického defektu nártu nohy. Prokázalo jeho velmi dobrou biokompatibilitu a významně rychlejší reepitelizaci a hojení defektu. Kazuistika ukazuje možnosti klinického použití tohoto moderního materiálu a zlepšení současné lokální léčby pacientů s diabetickým defektem, které urychlí zhojení defektu alepší tak jejich prognózu.

# AMNIODERM®

TKAŇ, KTERÁ DARUJE ŽIVOT DVAKRÁT

- + snižuje bolestivost rány
- + napomáhá uzavření rány
- + podporuje granulaci a epitelizaci
- + omezuje jizvení tkáně
- + má krycí funkci  
(zabraňuje dráždění hojící se rány a vstupu infekcí)
- + podporuje novotvorbu cév
- + není imunogenní

Lyofilizovaný  
transplantát  
z lidské amniové  
membrány  
(dHAM) vhodný  
k podpoře léčby  
chronických ran.

Fairbairn NG, Randolph MA, Redmond RW.  
The clinical application of human amnion  
in plastic surgery.  
*Journal of Plastic, Reconstructive & Aesthetic  
Surgery* 2014; 67: 662-675.

ID 10731/2021/01

[www.amnioderm.cz](http://www.amnioderm.cz)

Určeno pro odbornou veřejnost

Zentiva, k. s., marketingové oddělení, U Kabelovny 130, 102 37 Praha 10, Česká republika, [www.zentiva.cz](http://www.zentiva.cz)

ZENTIVA



# Akce a kurzy

## 1. pololetí v roce 2022

**4. 3. 2022**

→ **NÁPRAVA ZARŮSTAJÍCÍCH NEHTŮ POMOCÍ NT ŠPON**

Ing. Ludmila Maluchová  
Podiatrické centrum Medicia,  
Daliborova 421/15, Ostrava

**12. 3. 2022**

→ **ŠKOLENÍ SYSTÉMU ONYFIX**

Kateřina Mališová, Pedikúra Eva Cichy,  
Komenského 255, Hradec Králové

**18. 3. 2022**

→ **NÁPRAVA ZARŮSTAJÍCÍCH NEHTŮ POMOCÍ NEHTOVÉ PROTETIKY**

Ing. Ludmila Maluchová  
Podiatrické centrum Medicia,  
Daliborova 421/15, Ostrava

**1. 4. 2022**

→ **NÁPRAVA ZARŮSTAJÍCÍCH NEHTŮ POMOCÍ ŠPON UNIBRACE SYSTEM**

Ing. Ludmila Maluchová  
Podiatrické centrum Medicia,  
Daliborova 421/15, Ostrava

**24. 3. 2022**

→ **ÚLOHA PEDIKÉRA V PREVENCI DIABETICKÉ NOHY**

MUDr. Robert Bém, Ph.D., MHA  
IKEM Praha, Vídeňská, Praha

**8. 4. 2022**

→ **PEDIKÉRSKÝ DEN**

PVA EXPO Praha-Letňany

**8. 4. 2022 - 9. 4. 2022**

→ **veletrh FOR BEAUTY**

PVA EXPO Praha-Letňany

**22. 4. 2022 - 27. 4. 2022**

→ **NOHA - DIAGNOSTIKA A KOREKCE**

Veronika Šilhavá  
fyzio P - Soukromá rehabilitační klinika,  
Voříškova 946, Klatovy

**28. 4. 2022**

→ **INTIMNÍ ŽIVOT S DIABETICKOU NOHOU**

MUDr. Robert Bém, Ph.D., MHA  
IKEM Praha, Vídeňská, Praha

**13. 5. 2022**

→ **INSTRUKTÁŽNÍ KURZ METODA ARKADY**

Ing. Ludmila Maluchová  
Podiatrické centrum Medicia,  
Daliborova 421/15, Ostrava

**14. 5. 2022**

→ **21. SJEZD ČESKÉ PODIATRICKÉ SPOLEČNOSTI z.s.**

Paspův sál, 1. patro budovy pivovaru  
Staropramen a.s. (nad restaurací Potrefená husa), Nádražní 84, Praha 5

**26. 5. 2022**

→ **BOTY A VLOŽKY PRO DIABETIKY**

MUDr. Robert Bém, Ph.D., MHA  
IKEM Praha, Vídeňská, Praha

**9. 6. 2022 - 11. 6. 2022**

→ **MEDSPORT SYMPOZIUM 2022**

Helena Havrdová  
Hotel Tereziánský dvůr, Jana Koziny 336/4,  
Hradec Králové

**10. 6. 2022 - 11. 6. 2022**

→ **METODA ARKADY I. STUPEŇ**

Ing. Ludmila Maluchová  
Podiatrické centrum Medicia,  
Daliborova 421/15, Ostrava

**23. 6. 2022**

→ **BUNĚČNÁ TERAPIE DIABETICKÉ NOHY**

MUDr. Robert Bém, Ph.D., MHA  
IKEM Praha, Vídeňská, Praha

Více informací ohledně pořádaných akcí najdete na webu [www.podiatrie.cz](http://www.podiatrie.cz)



# Bis Bis



ČESKÁ  
KOSMETIKA  
PRO  
PEDIKÚRU

## VÝHODY SPOLUPRÁCE S Bis Bis

- DÁME VÁM SLEUVU 10 % NA PRVNÍ OBJEDNÁVKU - KÓD R55675982
- PRAVIDELNĚ POŘÁDÁME PRODUKTOVÁ ŠKOLENÍ ZDARMA
- KAŽDÝ MĚSÍC ZÍSKÁTE SLEUVU NA JEDEN PRODUKT AŽ 15 %.
- UMÍSTÍME PREZENTACI VAŠICH SLUŽEB NA WWW.BISBIS.CZ
- POMŮŽEME VÁM S PROPAGACÍ SALÓNU I PEDIKÉRSKÝCH SLUŽEB

SLEDUJTE NÁS

[WWW.BISBIS.CZ](http://WWW.BISBIS.CZ)

[FACEBOOK.COM/BIBISCARE](https://FACEBOOK.COM/BIBISCARE)

PŘIJDĚTE SE K NÁM DO SOUKROMÉ SKUPINY PEDIKÉREK