

# Wenn uns die Füße quälen

**D**och was, wenn der Schuh nicht nur symbolisch drückt? Es für Vorbeugung mit regelmäßiger Pflege zu spät ist und die Füße erkrankt sind? Hühneraugen, Rollnägeln, Fußpilz, eingewachsene Zehennägeln..... oder was immer, jeder Schritt zum Martyrium wird oder die Füße einfach nur unästhetisch aussehen? Spätestens dann ist professionelle Pediküre – am besten bei einer Podologin - notwendig. Das Besondere an der podologischen Fußpflege ist: Es werden nach einer genauen Anamnese der Füße ausschließlich sterile Instrumente für die Fußpflege verwendet. Diese eignet sich sowohl für gesunde als auch erkrankte Füße. Vor allem „bei Diabetes, Problemen mit Hyperhidrosis, Hühneraugen, offenen Stellen, Rollnägeln, Haut- und Nagelpilz, eingewachsenen Zehennägeln sowie bei Hepatitis, HIV/Aids und für Bluter“ ist eine podologische Fußpflege zu empfehlen, erklärt Karin Holiczky, stellvertretende Obfrau des Vereins für Podologische Fußpflege in Wien (<http://podologische-fusspflege.com>) und Inhaberin des Studio-Holiczky in Klosterneuburg. Denn aufgrund der geprüften Hygiene-Standards sei eine Ansteckung bzw. Übertragung bei Nagel- oder Hautpilz sowie Infektionskrankheiten ausgeschlossen. Aber auch Probleme wie z.B. eingewachsene Nägel ließen sich durch fachgerechte Anwendung von Nagelspannen korrigieren, wodurch oftmals eine Operation vermieden werden könne. Doch die „podologische Fußpflege braucht nicht immer einen speziellen Anlass“, betont Karin Holiczky. Viele ihrer Kunden hätten keine Fußprobleme und kämen vor allem wegen der Hygiene, die durch ein geschütztes Logo sowie einer jährlichen Überprüfung durch das Hygienicum Institut für Mikrobiologie & Hygiene-Consulting GmbH und der Hepatitis Hilfe Österreich – Plattform Gesunde Leber (HHÖ) gewährleistet sei da die Kunden natürlich auch bei einer klassischen Fußpflege von den freiwillig eingehaltenen Hygienevorschriften profitieren.

## Fragen an die Podologin Karin Holiczky

### Muss ich bei Nagel- bzw. Fußpilz zum Hautarzt ?

Nicht alles, was wie Nagel- bzw. Fußpilz aussieht, ist auch einer. Sollte der Verdacht bestehen, überweise ich zum Dermatologen, der entscheidet, ob eine Behandlung nötig ist.

### Kann ich Hühneraugen selbst behandeln ?

Finger weg von sämtlichen Tinkturen, Wässerchen, Pflaster und dergleichen. Mit diesen vermeintlichen guten Helfern wird lediglich die Haut verätzt und noch mehr unnötiger Schmerz zugefügt. Hier hilft nur eine fachgerechte Fußpflege, indem das Hühnerauge entfernt wird und durch Druckentlastung einer neuerlichen Entstehung entgegengewirkt werden kann.

### Bei Senk-, Spreiz – oder Plattfüßen zum Orthopäden?

Nicht jeder Senk-, Spreiz- oder Plattfuß muss automatisch vom Orthopäden behandelt werden. Ich arbeite mit Orthopäden, Orthopädie-Schuhmachern und Podologen zusammen, die spezielle orthopädische Schuheinlagen bzw. podologische Therapiesohlen anfertigen.

### Muss Hallux valgus immer operiert werden?

Operieren ist der letzte Weg, um einen Hallux valgus zu behandeln. Bei beginnendem Hallux valgus kann mit Fußgymnastik und Orthesen, die auch bei der podologischen Fußpflegerin angefertigt werden, entgegengewirkt werden.

### Was halten Sie von „ schaukelnden Schuhen“?

Von vielen meiner Kunden höre ich durchwegs gute Dinge über diese neue Art von Schuhen. Ich empfehle trotzdem, zuerst Rücksprache mit dem Orthopäden des Vertrauens zu halten, damit die Auswirkung auf die Wirbelsäule auch den erwünschten Erfolg bringt.



### Sind High Heels wirklich so ungesund?

Mit hochhackigen Schuhen verhält es sich wie mit Süßigkeiten. Das eine oder andere Mal ist es unbedenklich. Sollte es aber zum Normalfall werden, dann kann es schnell unangenehme Folgen haben. Also Alles mit Maß und Ziel.

### Was bieten Sie in ihrem Studio sonst noch an Dienstleistungen an ?

Maniküre, Nagelkosmetik, Jafra-Fachberatung und Produktverkauf, Reiki, diverse Massagen (Fußmassage, klassische Massage, Sportmassage, Reflexmassagen, Lymphdrainage, Gesichtsmassage, Thai Massage, Honig- und Schokolademassage und vieles mehr) welche von meiner Kollegin Viera Sujanova angeboten werden.

Text: Dr.<sup>in</sup> Dagmar Buchta arbeitet als freie Journalistin in Wien.

**STUDIO HOLICZKY**  
Fußpflegepraxis & Wohlfühlinstitut

Karin Holiczky  
Weidlingerstr. 2/1  
3400 Klosterneuburg  
Mobil: 0676/ 75 34 482  
email: [office@studio-holiczky.at](mailto:office@studio-holiczky.at)



Nach telefonischer Terminvereinbarung!

[www.studio-holiczky.at](http://www.studio-holiczky.at)

