

Praktijk Pedicurebehandeling

Anamnese



Knippen



Snijden



Frezen



Cremen



Hygiëne en wat je klaar moet leggen

1. Handen wassen
2. Tafel dekken en spullen klaar zetten volgens boek
3. Op de behandelstoel een hoeslaken
4. Over het voetgedeelte een luier
5. Op je schoot een luier/molton
6. Over de benen van cliënt een luier.
7. Bij nattechniek gebruik je een opvangbak met keukenrol of Dentaltowel en heb je een plastic schort voor.
8. Tijdens frezen draag je een mondkapje en stofbril.
9. Handschoenen aan tijdens anamnese, blauwdruk maken en behandeling.

Werkvolgorde Praktijk behandeling

- 1 desinfecteren van de voet
 - 4 afvlakken / verkorten pathologische nagels
 - 3 knippen nagels
 - 7/8/9/10/11 pathologisch eelt verwijderen, likdoorns
verwijderen, kloven behandelen
 - 5 behandelen van pseudo ingegroeide nagels
 - 6 polijsten van de nagels
 - 11 / 12 mechanisch afwerken eelt, likdoorns, kloven
 - 2 verzorgen van de nagelomgeving
 - 13 joderen / zalven van een voet
 - 16 drukvrijleggen van een voetlocatie / teenlocatie
 - 15/17 verzorgen van een wond / blaar
 - 14 incrèmen van een voet
- Het tussendoor desinfecteren van de voet mag zo vaak als dit nodig geacht wordt en is verplicht na het freesgebruik.

Taak 1

Desinfecteren van de voet

1. Neem een wat in de werkhand en voorzie de wat van een hoeveelheid desinfectans, voldoende voor het desinfecteren van een voet, sluit de wattenpot.
2. Begin op de dorsaalzijde van de voet van proximaal naar distaal en van mediaal naar lateraal
3. Vervolgens tussen de tenen
4. Daarna onder de tenen en de plantairzijde van de voet, van mediaal naar lateraal en van distaal naar proximaal, aansluitend de hiel.
5. Deponeer de gebruikte wat in het afvalbakje
6. Neem een schone wat en reinig de volgende voet.

Taak 2,13

Verzorgen van de nagelomgeving

1. Druppel huidverweker (podinail of waterstof 3%)in de nageluiteinde en op de nagelriem, voorkom met een wat dat de verweker over de voet loopt
2. De huid niet aanraken met de druppelaar of pipet
3. Neem de nagelheffer in penhoudersgreep en een droge schone wat in de fixatiehand.
4. Fixeer de huid bij de nagelriem naar proximaal, de huid onder het nageluiteinde, met de duim, naar plantair
5. Ga met een vloeiende beweging langs de nagelriemen van mediaal naar lateraal.
6. Ga vervolgens met de excavator door de laterale nagelplooi en aansluitend onder het vrije nageluiteinde tot het midden, vervolgens door de mediale nagelplooi en aansluiten onder het vrije nageluiteinde tot het midden.
7. Vervolgens van lateraal naar mediaal en aansluitend door de mediale nagelplooi en aansluitend onder het vrije nageluiteinde tot het midden
8. Werk van teen 1 naar 5 met een glijdende beweging, zonder te wrikken
9. Reinig het instrument aan de wat tussen duim en wijsvinger en leg het op de juiste plaatst terug.
10. Druppel sterilon, in het nageluiteinde en in de nagelplooi

Taak 3

Nagels knippen

1. Neem een schone wat in de fixatiehand, sluit de wattenpot
2. De duim fixeert de huid vanaf het nageluiteinde naar plantair.
3. Werk van teen 1 naar teen 5, knip de nagels van rechts naar links (bij rechtshandigen) of van links naar rechts (bij linkshandigen)
4. Zet de punt van de nageltang in de hoek van het nageluiteinde, knijp de tang dicht en plaats de duim van de fixatiehand voor de bek van de tang en knip door, schuif de punt van de nageltang onder het nageluiteinde door (kleine hapjes) en knip in een vloeiende beweging de nagel op de juiste lengte af
5. Reinig de tang aan de wat tussen duim en wijsvinger en leg hem op de juiste plaats terug.

Taak 4

Afvlakken/ verkorten van pathologische nagels

1. sluit wattenpot en flesjes
 2. mondkapje aanbrengen en stofbril opzetten schort aan bij de nattechniek
 3. neem de grof getande stalen frees en frees de nagel dunner van proximaal naar distaal
 4. frees met een steunpunt en fixeer de huid vanaf de nagelriem naar proximaal en met de duim de huid onder het nageluiteinde naar plantair
 5. werkvolgorde van teen 1 naar 5
 6. na gebruik frees wegleggen in het frezenpotje
 7. desinfecteer de gehele behandelde locatie, de eigen handen, en het handstuk van de motor.
-
- Bij een ramshoornnagel eerst van proximaal naar distaal dunner frezen, daarna de nagelplaat op de juiste lengte in dwarsrichting doorfrezen met een fissuurfrees

Taak 5

Behandelen van een pseudo ingroeierende nagel

- Handmatig met de hoekvijl

1. Neem een schone wat in de hand, sluit wattenpot en fixeer de nagelwal
2. Plaats de hoekvijl onder de nagelkant, trek de nagelvijl door de nagelplooi van proximaal naar distaal
3. Herhaal deze beweging tot er genoeg ruimte is ontstaan en de nagelkant vrij in de nagelwal ligt
4. Reinig de hoekvijl aan de wat en leg deze op de juiste plaats terug.

- Machinaal met de fissuurfrees

1. Sluit wattenpot en flesjes
2. Mondkapje aan brengen en stofbril opzetten, schort aan bij de nattechniek
3. Fixeer de nagelwal
4. Plaats de fissuurfrees in de nagelplooi evenwijdig aan het nageloppervlak
5. Breng de frees onder de nagelkant, trek de frees door de nagelplooi van proximaal naar distaal
6. Herhaal deze beweging tot er genoeg ruimte is ontstaan en de nagelkant vrij in de nagelplooi ligt (niet vaker dan 3 x)
7. De gebruikte frees wegleggen in het frezenpotje

- Machinaal met de bolkopfrees

1. Sluit wattenpot en flesjes
2. Mondkapje aan brengen en stofbril opzetten, schort aan bij de nattechniek
3. Fixeer de nagelwal
4. Plaats de bolkopfrees in de nagelplooi in een hoek van ongeveer 15 graden, trek de frees door de nagelplooi van proximaal naar distaal, en verwijder zo het eelt uit de nagelplooi
5. Herhaal deze handeling tot er genoeg ruimte is ontstaan en de nagelkant vrij in de nagelplooi ligt
6. De gebruikte frees wegleggen in het frezenpotje

Taak 6

Polijsten van de nagels

Nagels machinaal afwerken

1. sluit wattenpot en flesjes
2. Mondkapje aan brengen en stofbril opzetten, schort aan bij de nattechniek
3. gebruik de diamantfrees (kleinste)
4. werk met een steunpunt de werkhand maakt contact met de voet of fixatiehand
5. de duim onder het nageluiteinde fixeert de huid naar plantair
6. werk van teen 1 naar 5 maak een vloeiende beweging van rechts naar links (linkshandigen van links naar rechts)
7. een gezonde nagel wordt niet gepolijst, bij een behandelde hypertrofische nagel wordt de gehele nagelplaat gepolijst (van rechts naar links), de nageluiteinden worden altijd gepolijst, evenals de nagelplooien, en bij de nagelriemen voorlangs
8. de gebruikte frees wegleggen in het frezenpotje
9. desinfecteer nagels en omgeving, en het handstuk van de motor voor je deze weglegt.

Taak 7,8,9,10,11

Pathologisch eelt verwijderen, likdoorns

Verwijderen, kloven behandelen

- Eelt verwijderen

1. Behandel de eeltlocatie(s) met een eeltverwekend middel of een eeltverhardend (pétroleumether)
2. Werk met een droge schone wat in de fixatiehand
3. Werk met een steunpunt, de werkhand maakt contact met de voet of de fixatiehand
4. Fixeer de huid in de tegengestelde richting van de snijrichting
5. Pas de grootte van het mes aan, aan de te behandelen locatie (zie gebruik mesjes)
6. Snij met soepele bewegingen, steeds overlappend
7. Reinig het mes aan de wat en leg het op de juiste plaats terug

- Likdoorn(s) verwijderen

1. Behandel de likdoornlocatie(s) met een eeltverwekend middel of een eeltverhardend middel (petroleumether bv. bij een weke likdoorn.
2. Werk met een droge schone wat in de fixatiehand, sluit flesjes en wattenpot
3. Werk met een steunpunt, de werkhand maakt contact met de voet of de fixatiehand
4. De likdoorn verwijderen (pitten) met mesje 15 of 11
5. Gebruik de juiste fixatie en snij met halfcirkelvormige bewegingen de likdoorn weg
6. Reinig het mes aan de wat en leg het op de juiste plaats terug
7. Nabehandelen met een bolkopfreesje, bij gebruik van de motor geen wat in de hand

- Kloven behandelen

1. Behandel de kloven met een eeltverwekend middel
2. Werk met een droge schone wat in de fixatiehand, sluit flesjes en wattenpot
3. Werk met een steunpunt, de werkhand maakt contact met de voet of de fixatiehand
4. Gebruik mesje 15
5. Snij in dezelfde richting als het verloop van de kloof
6. Fixeer de huid in de tegengestelde richting van de snijrichting

WERKVOLGORDE Praktijk Pedicurebehandeling

7. Reinig het mes aan de wat en leg het op de juiste plaats terug
8. Bij machinaal behandelen van kloven, frezen in de richting van de kloof met een diamantfrees

Taak 11,12

Eelt, likdoorn en kloven machinaal afwerken

Eelt en likdoorns

1. Sluit wattenpot en flesjes
2. Mondkapje aan brengen en stofbril opzetten, schort aan bij de nattechniek
3. Gebruik voor het afwerken van eeltlocaties een diamantenfrees met de juiste grootte en grofheid
4. Behandel de locatie met de juiste fixatie en steunpunt
5. De werkvolgorde, van mediaal naar lateraal
 - Op de voet
 - Op de tenen
 - Tussen de tenen
 - Onder de tenen
 - Bal van de voet
 - Geleng gedeelte
 - Hiel
6. frees na gebruik wegleggen in het frezenpotje
7. freesbehandelingen eindigen met een volledige desinfectie van de locaties, eigen handen en indien nodig het handstuk van de motor

Kloven machinaal afwerken

1. Sluit wattenpot en flesjes
2. Mondkapje aan brengen en stofbril opzetten, schort aan bij de nattechniek
3. Gebruik een geschikte diamantfrees
4. Frees in dezelfde richting als het verloop van de kloof
5. Fixeer de huid in tegengestelde richting en gebruik een steunpunt
6. Gebruikte frees wegleggen in het frezenpotje

Taak 2,13

Verzorgen van de nagelomgeving

- 1 Druppel huidverweker (podinail of waterstof 3%)in de nageluiteinde en op de nagelriem, voorkom met een wat dat de verweker over de voet loopt
- 2 De huid niet aanraken met de druppelaar of pipet
- 3 Neem de nagelheffer in penhoudersgreep en een droge schone wat in de fixatiehand.
- 4 Fixeer de huid bij de nagelriem naar proximaal, de huid onder het nageluiteinde, met de duim, naar plantair
- 5 Ga met een vloeiende beweging langs de nagelriemen van mediaal naar lateraal.
- 6 Ga vervolgens met de excavator door de laterale nagelplooi en aansluitend onder het vrije nageluiteinde tot het midden, vervolgens door de mediale nagelplooi en aansluiten onder het vrije nageluiteinde tot het midden.
- 7 Vervolgens van lateraal naar mediaal en aansluitend door de mediale nagelplooi en aansluitend onder het vrije nageluiteinde tot het midden
- 8 Werk van teen 1 naar 5 met een glijdende beweging, zonder te wrikken
- 9 Reinig het instrument tussen duim en wijsvinger en leg het op de juiste plaatst terug.
- 10 Druppel sterilon, in het nageluiteinde en in de nagelplooi

Taak 14

Incrèmen van een voet

1. Breng een kleine hoeveelheid crème (genoeg voor een voet) aan op de handpalm en verdeel de crème over beide handpalmen.
 2. Wrijf met licht strijkende bewegingen de crème over de voet.
 3. Werk van de tenen naar de hiel
 4. Maak vloeiende bewegingen zonder contactverlies met huid
 5. Neem een nieuwe hoeveelheid crème voor de volgende voet
-
- Bij varices en oedeem (circulatiestoornissen) voorzichtig crèmen.

Taak 15

Verzorgen van een wond(je)

1. Laat een goed bloedende wond even doorbloeden
2. Gebruik bij aanhoudende bloeding een wonddrukverband
3. Spoel de bloedende wond uit met fysiologisch zout.(zoutwater)
4. Maak de omgeving droog met een steriel gaasje raak hierbij nooit het wondje aan
5. Desinfecteer de wond met sterilon en dek de wond af met een pleister
6. Als er een wond gemaakt is, dient men altijd de handschoenen en het mesje te vervangen
7. Geef instructie over het tijdstip waarop het verband verwijderd kan worden
8. De wond na de hele voetbehandeling opnieuw desinfecteren en verbinden
9. Raak niet in paniek als een wondje blijft bloeden, je kunt dan gebruik maken van een blokje willospon dental

Taak 16

Drukvrij leggen van een voetlocatie/teenlocatie

Voor het druvrij leggen van een gevoelige locatie aan de voet kies je een functioneel materiaal. Dit moet op de juiste plaats worden aangebracht en kan indien nodig worden afgeplakt, afhankelijk van de keuze van het antidrukmiddel of conditie van de gevoelige locatie

Fleexy-web:	drukvrij leggen om een locatie, bij een wondje afplakken Of een hele locatie geheel bedekken
Vilt/foam:	in U-vorm (hoefijzervorm) afschalmenn en afplakken
Silopad(dots):	afplakken
Antidrukpleister:	voor en of achter een gewricht
Pedilastic:	Afplakken

Drukvrij leggen nagelrand met clauden of met copoline en een

Geschikte tinctuur sterilon of crème (bv. betadinecreme)

1. Knip van clauden/ copoline een klein strookje
2. Fixeer de nagelwal, bij copoline tinctuur sterilon of crème betadine zalf aanbrengen in de nagelplooi
3. Breng dit antidrukmiddel aan in de nagelplooi
4. Breng met de nagelheffer/excavator het antidrukmiddel gedeeltelijk onder de nagelkant, werk van proximaal naar het nageluiteinde
5. Knip het antidrukmiddel bij het nageluiteinde af werk de resterende clauden/copoline weg in de nagelplooi
6. Afplakken is niet nodig / wel volgens de examen eisen.

Taak 17

Verzorgen van een blaar

1. Desinfecteer de blaar en het gebied er omheen
2. Indien de blaar intact is en geen hinder veroorzaakt, deze evt. afplakken met secondskin (een soort tweede huidpleister) als een blaar open is infectie gevaar groter
3. Als er wel hinder is met lopen of met de schoenen dan met een mesje kleine incisies aanbrengen aan de basis van de blaar tegen over elkaar
4. Verwijder het vocht door druk met een gaaskompres
5. Dek de locatie af met een gaaskompres
6. Plak de randen vast met pleister
7. Pleister de hele locatie dakpansgewijs af (leukoplast)
8. Bij gebruik van fixatietape hoeken rondknippen
9. Geef instructie over het tijdstip waarop het verband verwijderd kan worden

Gebruik mesjes: mesje 15 – kleine eeltplekjes

Op de tenen, kleine eeltplekjes, de randen van de kloven, pitten van een likdoorn

Mesje 10 – meest gebruikt

Onder de voorvoet, eventueel grote eeltplek onder de grote teen, hiel

Mesje 11

voor het pitten van een likdoorn

mesje 20

grote eeltplekken, meestal onder de bal van de voet of aan de hielrand.

Statische blauwdruk

- Zet het blauwdrukraam klaar en zorg voor een steunpunt, zoals een stoel met rugleuning
- Laat je model plaatsnemen met de voeten links en rechts van het blauwdruk raam
- De voeten staan symmetrisch, voeten op één lijn
- Plaats de voet rechtstandig op het raam, terwijl het model het steunpunt vasthoudt
- Als de voet geplaatst is, laat het model het steunpunt los, staat rechtop en kijkt recht vooruit.
- Met een spatel trek je een omtreklijn om de voet. Deze lijn wordt in twee delen gemaakt, waarbij je begint bij de hiel en trekt de lijn mediaal door tot de voorzijde van de grote teen
De tweede lijn van achter de hiel lateraal naar de grote teen. Tijdens het trekken van de lijnen houdt je de spatel loodrecht waarbij je de huid moet raken.
- Teken een dwarsstreepje bij het midden van de binnen- en buitenenkel
- Het midden van de enkel geef je aan met je wijsvinger, terwijl je met je andere hand het streepje trekt
- Teken dwarsstreepjes ter hoogte van het kopje van het 1^e en 5^e middenvoetsbeentje, geef het midden van de kopjes aan met je wijsvinger, terwijl je met je andere hand het streepje trekt
- Neem de voet rechtstandig van het raam, terwijl het model het steunpunt vasthoudt

Aandachtspunten:

- De omtreklijnen dienen gesloten te zijn

WERKVOLGORDE Praktijk Pedicurebehandeling

- Dwarsstreepjes moeten aansluiten op de omtreklijn

Dynamische afdruk

- Het model neemt plaats naast het blauwdrukraam
- Het model loopt vanaf het raam 2 stappen en draait zich om
- Je plaats het raam in de looprichting
- Het model loopt in een vloeiende beweging, begeleid over het raam en maakt met de tweede stap de afdruk en loopt daarna nog minimaal één stap door

Aandachtspunten

- Om zo duidelijk mogelijk over te komen kun je de handelingen het beste zelf eerst demonstreren
- De afdruk moet gemaakt worden tijdens een natuurlijke afwikkeling van de voet
- Na het maken van de blauwdrukken het raam desinfecteren