

Τι να κάνετε όταν βγάλετε φουσκάλα στο πόδι

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Συχνό καλοκαιρινό πρόβλημα οι φουσκάλες στα πόδια, τα οποία προστατευμένα όλο το χειμώνα από κάλτσες ή καλσόν, είναι σαφώς πιο ευάλωτα.

Τα άβολα καινούργια καλοκαιρινά παπούτσια ή το πολύωρο περπάτημα μπορεί να δημιουργήσουν τις συνθήκες για να αναπτυχθεί φουσκάλα στο πόδι.

Η πίεση στα πόδια ή η τριβή από τα στενά παπούτσια, προκαλεί διαχωρισμό του ανώτερου στρώματος του δέρματος από τα κατώτερα στρώματα. Αυτό ο διαχωρισμός δημιουργεί μία κυψέλη (η φουσκάλα) με υγρό των ιστών. Το υγρό αυτό λειτουργεί ως σάκος και προστατεύει κατά κάποιο τρόπο την πληγή. Η φουσκάλα μπορεί να είναι επώδυνη και μπορεί να σκάσει, με κίνδυνο μόλυνσης.

Ο βασικός τρόπος πρόληψης είναι να φοράτε τα διαφανή καλτσάκια με τα κλειστά παπούτσια.

Αν όμως εμφανιστεί η φουσκάλα, τότε οι επιλογές σας είναι περιορισμένες: Καταρχήν, καλύψτε τη φουσκάλα αμέσως μόλις νιώσετε τον χαρακτηριστικό πόνο.

Αν αντέχετε, σπάστε τη φουσκάλα με μία αποστειρωμένη βελόνα για να αφαιρέσετε το υγρό και απολυμάνετε με οινόπνευμα ή μπεταντίν.

Αν πάλι δεν αντέχετε αυτή τη διαδικασία, θα πρέπει να εφαρμόσετε τα επιθέματα για φουσκάλες, μέχρι η φουσκάλα να εξαλειφθεί από μόνη της.

Το επίθεμα θα πρέπει να το ανανεώνεται συχνά, ενώ καλό θα είναι όταν είστε σπίτι να αφήνετε ελεύθερη την πληγή.

Εννοείται ότι η θάλασσα είναι το καλύτερο φάρμακο γιατί, όπως έλεγαν οι παλαιότεροι, το αλάτι θρέφει την πληγή.

Πηγή: onmed.gr