

Podologia jest w Polsce stosunkowo młodą dziedziną, ponieważ jej początki sięgają pierwszej dekady XXI wieku, a zawód podologa został wpisany na listę zawodów i specjalności dopiero w 2015 roku.

Głównym zadaniem podologa jest utrzymanie stóp w zdrowiu i sprawności, m.in. przez zapobieganie powstawaniu i rozwojowi patologii w ich obrębie. W wielu krajach świata zawód ten wypełnia lukę między leczeniem medycznym a pielęgnacją i profilaktyką. Różnice w programach edukacyjnych i sposobie praktykowania, a przede wszystkim w zakresie zadań zawodowych podologa i podiatry spowodowały, że w zależności od regulacji prawnych danego państwa zawód ten jest wpisany na listę zawodów medycznych lub paramedycznych.

W ostatnich latach w Polsce zauważamy dynamiczny rozwój rynku usług podologicznych i edukacyjnych w tym obszarze. Mimo to aktualna sytuacja zawodu nie spełnia oczekiwań większości czynnych zawodowo polskich podologów, świadomych odpowiedzialności, jaka na nich spoczywa z racji wykonywania pracy na ludzkim ciele. Problemem jest brak regulacji zawodu podologa, co pociąga za sobą: brak kwalifikacji do wyższego poziomu nauczania, brak podstawy programowej kształcenia podologów, wzrost liczby ofert szkoleniowych opartych na autorskich programach, które mogą być realizowane na niejasnych zasadach, różnice w sposobie realizowania praktyki zawodowej, a nawet wkraczanie w kompetencje innych zawodów. W tym kontekście

brak unifikacji nauczania i uprawnień zawodowych podologa na terenie całej Unii Europejskiej wydaje się niekorzystnym zjawiskiem.

Obecnie polska podologia znajduje się w fazie transformacji i kształtowania jej ostatecznej postaci. Jako interdyscyplinarna dziedzina w równej mierze wymaga posiadania praktycznych umiejętności, jak i dobrej znajomości teoretycznych zagadnień z pogranicza nauk medycznych, ochrony zdrowia, zaopatrzenia ortopedycznego i technologii obuwia. Należy pamiętać, że kształtowanie wzorców dobrego specjalisty wymaga rzetelnej edukacji opartej na jednolitej podstawie programowej.

Opisana sytuacja skłania mnie do refleksji nad dostępnością do polskojęzycznych monografii na temat podologii, spójnych tematycznie, poprawnych merytorycznie, wolnych od treści reklamowo-promocyjnych.

Podologia jest pierwszą książką na polskim rynku wydawniczym o charakterze podręcznika, która całościowo ujmuje najważniejsze zagadnienia dotyczące teorii i praktyki podologicznej. Uwzględniono w niej współczesny stan wiedzy w zakresie nauk medycznych, nauk o zdrowiu oraz dyscyplin im pokrewnych. Materiał przedstawiający patologie skóry i paznokci stóp oraz opis przypadków podologicznych i ortopodologicznych zilustrowano bogatą dokumentacją fotograficzną. Poszczególne rozdziały uzupełniono o wykazy piśmiennictwa, co umożliwia pogłębienie wiedzy w omawianym temacie.

Książka jest efektem współpracy wybitnych i doświadczonych pracowników dydaktyczno-naukowych polskich uczelni, praktyków podologów oraz innych specjalistów zintegrowanych w zaopatrzeniu stóp. Jest przeznaczona dla uczniów i studentów przygotowujących się do zawodu podologa. Może stanowić pomoc dydaktyczną dla nauczycieli, wykładowców i szkoleniowców.

Planując układ książki, w trosce o przejrzystość informacji, podzielono opisywane zagadnienia na kilka odrębnych części. Pierwsza z nich ma charakter przeglądowy, zawiera podstawowe informacje z zakresu anatomii, fizjologii (rozdz. 1), patologii kończyn dolnych i sprzyjających im chorób ogólnoustrojowych (rozdz. 2).

Kolejna część dotyczy teorii podologii. Definiuje podologię jako naukę, wyjaśnia interdyscyplinarność tej dziedziny, przedstawia krótki rys historyczny, przybliży aktualną sytuację zawodu w Polsce i na świecie oraz możliwości kształcenia (rozdz. 3). Omawia zasady organizowania i funkcjonowania gabinetu podologicznego, z uwzględnieniem aktualnych przepisów prawa regulujących wybór pomieszczenia, wyposażenia stanowiska pracy, obowiązujących procedur higienicznych, a także przetwarzania danych osobowych (rozdz. 4).

W rozdziałach dotyczących czynności poprzedzających wykonanie zabiegu podologicznego opisano metody i urządzenia diagnostyczne (stosowane przez podologów, a także w diagnostyce medycznej kończyn dolnych i w celu projektowania wkładek ortopedycznych) (rozdz. 5 i 6), omówiono zasady gromadzenia i przechowywania dokumentacji podologicznej (rozdz. 7) oraz przygotowania stanowiska i podologa do pracy (rozdz. 8).

W książce wiele miejsca poświęcono omówieniu technik i procedur wykonywania zabiegów podologicznych, m.in. podstawowego o charakterze pielęgnacyjno-profilaktycznym (rozdz. 9) oraz w przypadkach zmian patologicznych skóry i paznokci stóp (rozdz. 10 i 11). W celu uzupełnienia wiedzy podologów na temat medycznego postępowania

w przypadku wrastania i deformacji paznokci stóp dokonano krótkiego przeglądu wybranych metod leczenia chirurgicznego (rozdz. 12). W kolejnych rozdziałach przedstawiono procedury podologiczne zalecane przy zaburzeniach wzrostu płytek paznokciowych (rozdz. 13) i podczas rekonstrukcji uszkodzonych lub fragmentarycznych paznokci (rozdz. 14).

Postępowanie pozabiegowe uwzględnia zastosowanie materiałów odciążających, separujących i korygujących (rozdz. 15), technik masażu, którymi można zakończyć zabieg podologiczny (rozdz. 16), a także stosowania preparatów do pielęgnacji skóry, regeneracji lub zniszczenia patologicznie zmienionej tkanki (rozdz. 17).

Podsumowaniem części dotyczącej wiedzy i umiejętności jest studium różnych przypadków podologicznych, pokazujące wysoką skuteczność omawianych wcześniej procedur (rozdz. 18).

Bardzo ważnym elementem profilaktyki dolegliwości i schorzeń stóp jest zaopatrzenie we wkładki i obuwie (rozdz. 19), dlatego w *Podologii* poświęcono temu zagadnieniu wiele uwagi.

Na zakończenie książki przedstawiono studium kilku przypadków ortopodologicznych, w których opisane metody diagnostyczne (wad kończyn dolnych i postawy ciała) oraz podejście terapeutyczne wykraczają poza standardowy zakres czynności podologa i wskazują na konieczność ścisłej współpracy podologów i fizjoterapeutów (rozdz. 20).

Celem przyświecającym napisaniu tej publikacji była chęć podzielenia się uporządkowaną wiedzą i doświadczeniem, które mogą być pomocne w zrozumieniu, na czym polega praca podologa. Omawiane w książce zagadnienia, dotyczące teorii i praktyki zawodowej, w znacznej mierze zostały oparte na wzorcach niemieckiej szkoły podologii oraz uzupełnione informacjami z polskich opracowań medycznych i zagranicznych publikacji podiatrycznych.

Dziękuję wszystkim autorom, którzy przyjęli moje zaproszenie do wspólnego napisania *Podologii* i poświęcili swój cenny czas, a w szczególności

dr n. med. Magdalenie Ciupińskiej, która podjęła się również niełatwej roli redaktora naukowego, a także dr. hab. inż. Jackowi Michalskiemu za wyjątkowe zaangażowanie na wszystkich etapach powstawania podręcznika.

Podziękowania składam także na ręce Wydawców PZWL – Pani Sylwii Chrabałowskiej i Pani Stelli Nowośnickiej-Pawlitko za wsparcie, cierpliwość i cenne uwagi, dzięki którym książka będzie mogła trafić do rąk Czytelników.

Maria Klamczyńska

Przedmowa II

Z wielką przyjemnością przyjąłam zaproszenie mgr Marii Klamczyńskiej do współredagowania podręcznika *Podologia*, tak ważnego, interdyscyplinarnego opracowania obejmującego różnorodne zagadnienia dotyczące patologii stóp. W 2018 roku byłam konsultantem naukowym *Atlasu podologicznego* wydanego przez PZWL Wydawnictwo Lekarskie, a napisanego przez moje były studentki – obecnie absolwentki Wyższej Szkoły Zawodowej Kosmetyki i Pielęgnacji Zdrowia w Warszawie (WSZKiPZ), w której jestem wykładowcą od 2000 roku. Mgr Maria Klamczyńska to jedna z autorów tego atlasu, również absolwentka, a obecnie nauczyciel akademicki tejże uczelni.

Wady i zaburzenia funkcjonalności kończyn dolnych, w tym zmiany patologiczne skóry i paznokci stóp, są obserwowane w przebiegu chorób ogólnoustrojowych o złożonej etiologii, na skutek zajęcia różnych układów (naczyniowego, krwionośnego, kostno-stawowego, oddechowego), w schorzeniach reumatycznych i gruczołów wydzielania wewnętrznego oraz w chorobach o podłożu genetycznym, wrodzonym, pourazowym. Mogą to być procesy o ostrym bądź przewlekłym przebiegu z okresami zaostrzeń i remisji, utrzymujące się lub ustępujące z pozostawieniem znacznych zniekształceń, utrudniających poruszanie się. Część zmian nakłada się na już istniejące, a objawy są różnorodne i dotyczą nie tylko skóry czy paznokci, lecz także naczyń krwionośnych, mięśni, stawów i kości.

Niekiedy mogą być przyczyną wykluczenia z powodu niemożności poruszania się, deformacji i ograniczenia ruchomości stóp, różnorodnych zmian na skórze, w tym niegojących się owrzodzeń, znacznych zniekształceń paznokci, a także odczuwanych dolegliwości, jak ból, parestezje. Wielokrotnie zmiany dotyczące stóp mają charakter przewlekły, postępujący, bez perspektywy poprawy, z zagrożeniem infekcji lub niekiedy amputacją stopy. Także trudności w doborze obuwi i poruszaniu się rodzą poczucie izolacji oraz konieczności pomocy ze strony innych osób. Przez różne ograniczenia wynikające z choroby pojawia się niemożność realizowania swoich pasji, mniejsze poczucie wartości, niekiedy prowadzące do depresji. Choroby kończyn dolnych o charakterze wrodzonym/nabytym nasilają się w ciągu życia, prowadząc wielokrotnie do wad postawy, coraz większych dolegliwości bólowych i niesprawności narastającej z wiekiem. Schorzenia naczyń krwionośnych, metaboliczne uznawane są za epidemię współczesnych czasów, wręcz schorzenia cywilizacyjne związane z określonym, nieprozdrowotnym stylem życia. Szacuje się, że się choroby/dolegliwości stóp dotyczą nie tylko dorosłych, lecz także dzieci i młodzieży. Dolegliwości narastają z wiekiem, a do wad wrodzonych/nabytych dołączają inne schorzenia. Zmiany na skórze stóp, na paznokciach są odzwierciedleniem różnych schorzeń skóry i ogólnoustrojowych, niekiedy są ich jedynym objawem i w wielu przypadkach odpowiednio

wcześnie zauważone przywracają sprawność choremu, a nawet ratują mu życie. Chore stopy znacznie ograniczają możliwości życiowe pacjenta i zwiększają jego potrzeby pielęgnacyjne/lecznicze, sprzyjają także kolejnym schorzeniom.

Patologie kończyn dolnych są znacznym obciążeniem dla ogólnie pojętego systemu zdrowia i wielu specjalności (ortopedia, pediatria, chirurgia, dermatologia, interna, diabetologia, geriatria). Schorzenia stóp i choroby ogólnoustrojowe dotyczące stóp/kończyn dolnych są wielokrotnie przyczyną długotrwałych hospitalizacji, wielu powikłań, a czasami kończą się – jak w przypadku stopy cukrzycowej czy upośledzenia krążenia – amputacją kończyny.

Skuteczna profilaktyka, szczególnie opieka domowa dla osób niesprawnych, mających trudności w poruszaniu się, z upośledzeniem widzenia i brakiem możliwości wykonywania samodzielnie zabiegów pielęgnacyjnych/leczniczych stóp, może poprawić kondycję stóp i funkcjonowanie całego organizmu. Konsultacje i zabiegi pielęgnacyjne/korekcyjne prowadzone przez podologa we współpracy z różnymi specjalistami pozwalają na poprawę stanu zdrowia i uniknięcie powikłań. W Europie Zachodniej sprawdzil się model podologa wspierającego z wielką korzyścią dla chorych system opieki zdrowotnej. Podolog to specjalista przygotowany do opieki nad osobami w różnym wieku i z różnorodnymi problemami stóp, wykonujący zabiegi o charakterze profilaktyczno-pielęgnacyjnym, pozwalające na uniknięcie powikłań. Ogromne potrzeby dotyczące stóp starzejącego się społeczeństwa nie tylko w zakresie leczenia, lecz także pielęgnacji i profilaktyki zauważa wiele instytucji zarówno w kształceniu specjalistów, jak i w zapewnieniu dostępu do opieki medycznej, pielęgniarstwa i opiekuńczej. Według Europejskiego Urzędu Statystycznego w Polsce będzie przybywać osób starszych, którym trzeba będzie zapewnić tego typu usługi.

Jako lekarz, który każdego dnia ma kontakt z ludźmi chorymi i cierpiącymi oraz mający na

uwadze ich dobro, widzę niezaprzeczalną potrzebę rozwoju zawodu podologa w Polsce. Nie mam wątpliwości, że połączenie sił we wspólnej opiece nad pacjentami/klientami ze strony lekarzy, pielęgniarzy, fizjoterapeutów, rehabilitantów oraz podologów jest drogą do osiągnięcia dobrych efektów terapeutycznych. Jednak ogromne znaczenie ma kształcenie podologów.

WSZKiPZ jako pierwsza uczelnia w Polsce stworzyła możliwość kształcenia specjalistów ds. podologii na kierunku kosmetologia. Obecnie została włączona do Uczelni Medycznej im. Marii Skłodowskiej-Curie w Warszawie.

Od 2008 roku mgr Maria Klamczyńska współtworzyła i realizowała autorski program specjalizacji podologicznej w WSZKiPZ, pełniła także funkcję kierownika studiów podyplomowych (2011–2014) z zakresu podologii, prowadząc jednocześnie zajęcia teoretyczne oraz praktyczne. Natomiast prowadzone przeze mnie wykłady w WSZKiPZ na studiach licencjackich, magisterskich, podyplomowych z dermatologii i wenerologii, ze szczególnym uwzględnieniem schorzeń kończyn dolnych, w tym stóp oraz patologii paznokci, były niejako początkiem omawianych przeze mnie zagadnień w niniejszej książce. Jednocześnie recenzowałam wiele prac licencjackich i magisterskich z zakresu podologii. Dokumentację fotograficzną, szczególnie dotyczącą paznokci, kataloguję od ponad 25 lat.

Podręcznik *Podologia* napisany jest przez specjalistów praktyków, ekspertów w określonej dziedzinie, a także dydaktyków, dzielących się swoją wiedzą i doświadczeniem zawodowym. Niezwykle bogata dokumentacja fotograficzna pochodzi głównie ze zbiorów autorów. Książka zawiera liczne ryciny (około 1000), schematy, tabele, informacje w ramach ułatwiającej zapamiętywanie informacji. Procedury podologiczne są opisane krok po kroku i uzupełnione dokumentacją fotograficzną.

Podologia jest dedykowana nie tylko studentom kosmetologii, lecz także praktykującym podologom, pielęgniarcom diabetologicznym, edukacyjnym,

fizjoterapeutom czy przedstawicielom pokrewnych zawodów, związanych z pielęgnacją i ochroną zdrowia, dotyczącą szczególnie stóp.

Dziękuję Pani mgr Marii Klamczyńskiej za możliwość współtworzenia tego dzieła, dziękuję wszystkim współautorom za poświęcony czas i zaangażowanie. Składam podziękowania dla dr. n. med. Jana Ławrynowicza, diagnosty laboratoryjnego, za wskazówki w przygotowaniu rozdziału o diagnostyce mikrobiologicznej. Ogromne podziękowania dla Zespołu Redakcyjnego PZWL Wydawnictwa Lekarskiego, w tym Pani Redaktor Sylwii Chrabałowskiej, Wydawcy *Atlasu podologicznego*, i Pani Redaktor Stelli Nowośnickiej-Pawlitko,

obecnego Wydawcy *Podologii*, za podjęcie wyzwania i ogromny trud w przygotowaniu publikacji. Szczególnie dziękuję Pani Redaktor Stelli Nowośnickiej-Pawlitko za wsparcie w trakcie pisania, wyrozumiałość i poświęcenie w tworzeniu kolejnej pozycji książkowej dotyczącej stóp.

Mam nadzieję, że następne wydania *Podologii* będą jeszcze lepsze i spełnią oczekiwania Czytelników, okażą się przydatne w nauczaniu podologii oraz w praktyce podologicznej, a podjęte działania przez podologów w pielęgnacji/profilaktyce chorób stóp zmniejszą liczbę powikłań i poprawią komfort życia chorych/klientów i ich rodzin.

Zapraszam do lektury.

Magdalena Ciupińska