

OBSAH

| | |
|--|-----------|
| PŘEDMLUVA | 11 |
| OŠETŘENÍ KLIENTA | 12 |
| DRUHY PEDIKÚRY | 14 |
| KONTRAINDIKACE PEDIKÚRY | 15 |
| POSTUP PEDIKÚRY | 17 |
| ZÁSADY PŘI PRÁCI PRO DOTEKOVÁ POVOLÁNÍ | 20 |
| PRACOVNÍ ZÁZEMÍ | 23 |
| VYBAVENÍ PRACOVÍŠTĚ | 24 |
| PODOLOGICKÉ INSTRUMENTARIUM | 27 |
| MOKRÁ METODA | 27 |
| POLOSUCHÁ METODA | 32 |
| SUCHÁ METODA | 34 |
| OSTATNÍ POMŮCKY V PROVOZOVNĚ | 36 |
| DOPROVODNÉ POMŮCKY | 36 |
| PŘÍPRAVKY DO KOUPELE | 37 |
| DEZINFEKCE | 37 |
| ANATOMIE DOLNÍ KONČETINY | 40 |
| KOSTRA NOHY | 41 |
| KOSTRA DOLNÍ KONČETINY | 42 |
| KOSTRA CHODIDLA | 43 |
| KLOUBY DOLNÍ KONČETINY | 46 |

| | |
|-----------------------|-----------|
| SVALSTVO NOHY | 47 |
| SVALY STEHENNÍ | 48 |
| SVALY BÉRCE | 49 |
| SVALY CHODIDLOVÉ | 51 |
| NEHTY NA NOHOU | 53 |

CHOROBNÉ ZMĚNY CHODIDLA **55**

| | |
|---------------------------------------|-----------|
| BÉRCOVÝ VŘED | 55 |
| PŘÍČINY | 55 |
| KLINICKÝ OBRAZ | 57 |
| TERAPIE | 57 |
| KLADÍVKOVITÉ A DRÁPOVITÉ PRSTY | 58 |
| DĚLENÍ | 58 |
| PŘÍČINY | 58 |
| KLINICKÝ OBRAZ | 58 |
| TERAPIE | 59 |
| KOSTĚNÉ VÝRŮSTKY | 60 |
| DĚLENÍ | 60 |
| PŘÍČINY | 61 |
| KLINICKÝ OBRAZ | 61 |
| TERAPIE | 62 |
| KŘEČOVÉ ŽÍLY | 63 |
| DĚLENÍ | 64 |
| PŘÍČINY | 64 |
| KLINICKÝ OBRAZ | 64 |
| TERAPIE | 65 |
| KUŘÍ OKO | 66 |
| DĚLENÍ | 66 |
| PŘÍČINY | 67 |

| | |
|-------------------------------|-----------|
| KLINICKÝ OBRAZ | 67 |
| TERAPIE | 68 |
| MYKÓZY | 69 |
| MEZIPRSTNÍ MYKÓZY | 70 |
| PUCHÝŘNATÁ FORMA | 71 |
| HYPERKERATOTICKÁ MYKÓZA | 72 |
| ONYCHOMYKÓZA | 72 |
| NÁDORY NOHOU | 76 |
| DĚLENÍ | 76 |
| PŘÍČINY | 76 |
| KLINICKÝ OBRAZ | 77 |
| TERAPIE | 77 |
| OTOKY DOLNÍCH KONČETIN | 78 |
| DĚLENÍ | 78 |
| PŘÍČINY | 79 |
| KLINICKÝ OBRAZ | 79 |
| TERAPIE | 79 |
| PLOCHÁ NOHA | 81 |
| DĚLENÍ | 81 |
| PŘÍČINY | 82 |
| KLINICKÝ OBRAZ | 82 |
| TERAPIE | 82 |
| VBOČENÝ PALEC | 84 |
| PŘÍČINY | 85 |
| TERAPIE | 86 |
| ZAROSTLÝ NEHET | 87 |
| DĚLENÍ | 87 |
| PŘÍČINY | 88 |
| KLINICKÝ OBRAZ | 89 |
| TERAPIE | 90 |

| | |
|-----------------------------------|------------|
| APLIKACE MASEK A ZÁBALŮ | 93 |
| ÚČINKY MASEK A ZÁBALŮ | 94 |
| POSTUP PŘIKLÁDÁNÍ MASKY | 94 |
| KONTRAINDIKACE MASEK A ZÁBALŮ | 95 |
| MASÁŽ NOHY | 96 |
| KONTRAINDIKACE MASÁŽE | 96 |
| ÚČINKY MASÁŽE | 97 |
| MASÁŽ CHODIDLA | 97 |
| MASÁŽ LÝTKA | 100 |
| AROMATERAPIE V PÉČI O NOHY | 102 |
| LAKOVÁNÍ | 103 |
| POSTUP LAKOVÁNÍ | 103 |

KRÁSNÉ A ZDRAVÉ NOHY **105**

| | |
|--------------------------------------|------------|
| HYGIENA NOHOU | 105 |
| DENNÍ KOUPEL A OMÝVÁNÍ NOHOU | 105 |
| DŮKLADNÉ VYSUŠENÍ POKOŽKY PO KOUPELI | 106 |
| MASTI A ZÁSYPY NA NOHY | 106 |
| BAVLNĚNÉ PONOŽKY | 107 |
| PRODYŠNÁ A KVALITNÍ OBUV | 107 |
| RELAXACE A UVOLNĚNÍ NOHOU | 109 |
| CHŮZE NA BOSO | 109 |
| GYMNASTIKA NOHOU | 109 |
| ZVÝŠENÁ POLOHA NOHOU | 111 |
| MASÁŽ NOHOU | 112 |
| PŘIMĚŘENÁ HMOTNOST | 112 |

| | |
|------------------------------|------------|
| <u>SLOVO NA ZÁVĚR</u> | <u>113</u> |
| <u>SEZNAM OBRÁZKŮ</u> | <u>117</u> |
| <u>SEZNAM TABULEK</u> | <u>118</u> |
| <u>REJSTŘÍK</u> | <u>119</u> |
| <u>DOPORUČENÁ LITERATURA</u> | <u>124</u> |