

Zeitschrift: Schweizer Heimwesen : Fachblatt VSA
Herausgeber: Verein für Schweizerisches Heimwesen
Band: 61 (1990)
Heft: 7

Artikel: VSA-Kurs für Pfleger(innen) und Heimmitarbeiter(innen) : Fusspflege - aus der Sicht eines Podologen : mit beeindruckenden Bildern aus der Praxis
Autor: Dietiker, Arthur
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-810058>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 17.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Fusspflege – aus der Sicht eines Podologen

Mit beeindruckenden Bildern aus der Praxis

Meistens «luftdicht verschlossen und verschnürt», müssen unsere Füsse jahraus, jahrein tagtäglich während vielen Stunden unser ganzes Gewicht tragen. Und das ist bekanntlich erst noch bei vielen um viele Kilos zu hoch. Wie honorieren wir den Hochleistungseinsatz der beiden Schwerarbeiter, unserer Füße? Pflegen wir sie wenigstens so, wie sie es verdient haben? Was ist damit gemeint? Wie geht man dabei vor – zum Beispiel bei Kranken, Behinderten oder Betagten, welche ihre Füße nicht selber pflegen können? Ein Dutzend Frauen und vier Männer (bravo!) besuchten den im Mehrzweckraum der Alterssiedlung Brugg durchgeführten Nachmittags-VSA-Kurs, bei dem der Podologe Markus Feldmann (Steffisburg) in einer «Einführung in die Fusspflege» in Wort und Bild vor allem über schwierige, von ihm erfolgreich behandelte «Fälle» berichtete. Die Erläuterung der Möglichkeiten und der Kompetenzbereiche von Pfleger(innen) und Heimmitarbeiter(innen) bezüglich Fusspflege bei den weiter oben erwähnten Menschengruppen kam bei diesem Kurs leider zu kurz.

Markus Feldmann kam erst auf dem dritten Bildungsweg (und nach 5 Herzoperationen) «auf die Füsse». Nach einer vierjährigen Lehre als Carrosseriezeichner und der Ausbildung als Psychiatriepfleger (mit anschliessender Arbeit in einem Akutspital) sattelte er auf die Fusspflege um und lernte den Beruf des Podologen. Als solcher hat er seit längerer Zeit in Steffisburg eine eigene Praxis. In einer Zusatzausbildung holte sich Feldmann fundierte Kenntnisse auf dem Gebiet der orthopädischen Schuhkorrektur. Der Kursleiter wusste also nicht nur, von was er sprach, sondern er konnte von seiner Tätigkeit und reichen Erfahrung auch anhand konkreter Beispiele «die Füsse ausleuchten», nachdem der mittels Folien und Hellraumprojektor kurz die Anatomie und die Physiologie des Fusses erläutert hatte.

Kaum mehr natürliche Bewegungsabläufe

Der Säugling kommt im Normalfall mit gesunden Füßen auf die Welt. In Nordasien herrschte früher noch die Mode, den Frauen im Mädchenalter die Füsse so zurückzubinden, dass sie nicht länger als etwa 10 cm wurden – sonst durften sie nicht heiraten. Das war und ist bei uns gottlob nicht der Fall. Trotzdem sind heutzutage die natürlichen Bewegungsabläufe bei beiden Geschlechtern durch das «ewige» Tragen von Socken (Strümpfen) und Schuhen kaum mehr gegeben. Feldmann: «Unsere Füße sind so empfindlich, dass sie auf naturgewachsenem Boden kaum mehr gehen können, respektive zu gehen gewohnt sind.» Den sogenannten eleganten Schuh sollte man höchstens dann tragen, wenn es «unbedingt nötig» ist, sagte der Podologe, und schwenkte in seinem Referat ein auf die Fusspflege.

Zu heisses Wasser ist «total lätz»

Die regelmässige und richtige Pflege und das Baden der Füsse ist äusserst wichtig – aber gerade bei älteren Menschen oft nicht einfach. Sowohl beim Baden als auch beim Abtrocknen ist Überlegung und Vorsicht am Platz. Viele Leute glauben, je heißer und je länger man die Füsse bade, desto besser und nützlicher sei es. Wie Podologe Ledermann am Kurs in Brugg jedoch ohne Wenn und Aber sagte, ist dieses Vorgehen – bei älteren Leuten erst recht – total «lätz», das heißt falsch. «... und vielfach werden die

Füsse schlecht abgetrocknet und noch feucht in Kunststoffstrümpfe (-socken) gesteckt». Wichtig und richtig ist, wenn man für das Fussbad Wasser benutzt, das nicht über 30 Grad warm ist. Man sollte die Füsse auch nicht länger als 10 Minuten baden – dafür regelmässig. Häufig werden teure Massageapparate gekauft, dabei kann den Füßen der nötige Reiz zur Durchblutung mit ganz gewöhnlichen Massagebürsten ebenso gut (wenn nicht sogar noch besser) gegeben werden. Dass die Beweglichkeit mit dem Alter zurückgeht, ist normal. Um die noch erhaltensmögliche Gelenkigkeit der Glieder zu bewahren, ist zum Beispiel das Altersturnen sehr wertvoll.

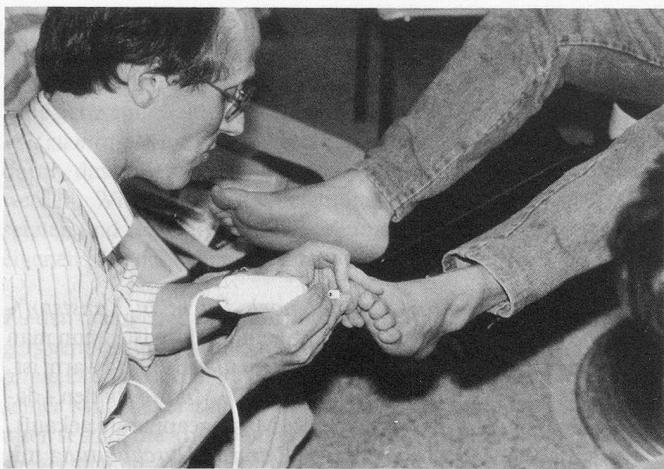
Aus der Praxis des Podologen

Der gelernte Podologe erhält während seiner dreijährigen Ausbildung das nötige Gefühl und die manuelle Fähigkeit, «in Sachen Füßen» auch mit schlimmen Fällen fertig zu werden. Moderne Geräte sind für seine Arbeit eine grosse Erleichterung. Markus Feldmann zeigte mit eindrücklichen Dia-Serien Beispiele schrecklich vernachlässigter Füsse – und wie der Podologe in seiner Praxis daraus noch «das Bestmögliche» macht und dem Patienten nicht selten sogar in aussichtslos scheinenden Fällen wieder zu schmerzfreiem Gehen verhilft.

Viele (zum Beispiel) Betagte vermögen mit ihren Händen nicht mehr zu den Füßen hinabzureichen, und können diese deshalb nicht mehr selber pflegen und behandeln. «Man» muss ihnen diese Arbeit abnehmen. Auch durch dauernde Reibung und/oder dauernden Druck in respektive durch die Schuhe können Nagelschäden und Nagelveränderungen entstehen, oder kann das Nachwachsen der Zehennägel verhindert werden. Wie der Podo-



Leider zeigte Podologe Markus Feldmann am Kurs in Brugg nur ganz kurz und an gesunden, gut gepflegten Füßen eines Kursteilnehmers, wie er als Spezialist Zehennägel schneidet und feilt. Wünschenswert und nötig wäre aber gewesen, dass die Kursbesucher vom Spezialist erfahren und lernen, wie, mit was und «wie weit» sie Problemfüsse von ihnen anvertrauten Personen selber pflegen können und dürfen – und von welchem Punkt an ein Podologe oder ein Arzt beigezogen werden muss.



Wie weit darf das Pflegepersonal in eigener Kompetenz gehen?

loge mit seinen Bildern aufzeigte, beherbergen undurchsichtige Wuchergebilde nicht selten «gfürchige» Überraschungen, zum Beispiel in Form von Eiter, und sind gefährliche Nährböden für Infektionen. Es gilt, sich bewusst zu sein, dass auf einem über Jahre übermäßig geschädigten Nagelbett kein gesunder, normalgeformter Nagel mehr nachwachsen kann.

Zehen- und Fingernagel nicht «das Gleiche»

Oftmals werden die Zehen – und dann halt gleichzeitig auch deren Nägel – schon im Kindesalter, durch zu enge Schuhe, für dauernd geschädigt, das heisst deformiert. Die Möglichkeiten, die dann das Heimpersonal noch hat, an den Füßen von Betagten etwas zu machen, sind sehr begrenzt. Und dabei werden erst noch (wie Podologie Ledermann sagte) beim Nagelschneiden – aus Unwissen – sehr oft Fehler gemacht, indem der Zehennagel dem Fingernagel gleichgestellt wird. Das ist grundfalsch. Die Fussnägel (Zehennägel) sind einer ganz anderen Belastung ausgesetzt als die Fingernägel, und zudem die meiste Zeit eingeschlossen.

Oft sind es *unsichtbare, versteckte Hühneraugen*, die sehr schmerhaft sein können. Und vielfach gehen Leute erst zum Spezialisten, wenn sie mit ihren eigenen «Bastelinstrumenten» (so Ledermann) nichts mehr ausrichten können. Die schon weiter oben angetönte Meinung vieler, mit möglichst heiss und möglichst lang Baden könnten zum Beispiel eingewachsene Nägel gelöst werden, ist nach Aussagen vom Fachmann «danebengegriffen».

Regelmässig nachfeilen

Beim Schneiden und (Weg-)Feilen der (in unserem Fall) Zehennägel sollte man sich immer nach deren Grundform und nach ihrem Umfeld richten. Gemäss Ledermann sollten die Nägel *jede Woche ein bisschen nachgefeilt* werden. Der Podologe empfiehlt, diese Arbeit aber wenn möglich nicht nach, sondern vor dem Baden zu machen. Vielerorts (in Heimen usw.) werden die Füsse zwecks Reinigung vor der Behandlung kurz gebadet. Bei Infektionsbehandlungen sind die Füsse möglichst trocken zu halten, wozu unter Umständen nach dem Abtrocknen mit dem Handtuch zusätzlich der Fön – aber auf Kaltluft geschaltet! – eingesetzt werden kann.

Lasst die Schuhmode Schuhmode sein!

Der Referent sagte es klar: Ob man es wahrhaben will, oder nicht – in die heute gängigen (vor allem Damen-)Schuhformen passen nicht alle Füsse. Mancher, der Fussprobleme lösen will, muss vor-

ab sein Schuhproblem anders, das heisst richtig, lösen, um Erfolg zu erzielen. Schuhe müssen nicht in erster Linie schön und modisch sein, sondern sie sollen eine *fussgerechte Form* haben und aus *körperfreundlichem Material* hergestellt sein. Das in (zu) engen Schuhen herrschende feuchtwarne Klima ist die «beste» (...) Voraussetzung für den Fusspilz und für Infektionen.

Apropos Hühneraugen

Ein Hühneraug' ist nichts anderes als eine Aufschichtung von Hornzellen. Gemäss Podologe Ledermann sind *Hühneraugentropfen*, die gerade auch älteren Leuten in Drogerien oft problemlos abgegeben werden, ohne Abklärung, ob sie «in diesem speziellen Fall» überhaupt anwendbar oder zu empfehlen sind, gar nicht immer geeignet. Ja sie können – zum Beispiel bei Diabetikern – sogar sehr gefährlich sein. Sie können zu Infektionen führen, die unter Umständen nur sehr schwer oder nie mehr ganz verheilen.

«Im Ganzen» gesehen, ist festzustellen, dass nicht alle Fuss-Schäden zum Chirurg gehören; ein guter Podologe oder eine gute Podologin kann in vielen Fällen erfreuliche Resultate erzielen.

«Was können wir machen?»

Markus Feldmann riet den Kursteilnehmer(inne)n, auf Klagen der von ihnen betreuten Frauen und Männer betreffend Fussproblemen unbedingt einzugehen, sie ernst zu nehmen. Gerade auch *Leute auf Pflegeabteilungen haben meistens geschlossene, synthetische Schuhe* an. Dabei wären *offene Schuhe*, in denen die Füsse verluften, abkühlen und sich erst noch besser bewegen könnten, viel besser, will heissen gesünder. Feldmann: «Aber es müssen gute offene Schuhe sein, mit guter Fussführung (Absatzschaft) und freier Beweglichkeit für die Zehen. Der Betreuende muss allerdings auch bereit sein und sich einverstanden erklären, solche Schuhe zu tragen – was eigentlich bei Heiminsassen eher möglich sein sollte, da sie nicht ständig so in der Öffentlichkeit unterwegs sind, dass sie sich „gezwungen“ sehen, „die neuste Mode“ zu tragen. Wer kalt hat in offenen Schuhen, kann immer noch reinwollene Socken tragen . . .»

Nebst den aufgezeigten «Fällen» aus der Praxis des Podologen, nebst den oben erwähnten Informationen und Empfehlungen und nebst den Tips, stets auf gute Hygiene zu achten, das verwendete Werkzeug wenn möglich nach jeder (Fuss-)Behandlung gut zu reinigen, das heisst am besten gleich zu desinfizieren, oder noch besser, zu sterilisieren, wenn möglich eine gerade Chromstahl(nagel)zange, eine Feile oder Bimsstein zur Beseitung von Hornhaut, respektive eine Karton- oder Diamantfeile für die Behandlung der Zehennägel, und Manicure-Holzstäbli zum Her vorholen des «Materials» unter den Nägeln zu benutzen, hätten die 16 Pfleger(innen) und Heimmitarbeiter(innen) allerdings gerne den für sie wichtigsten Punkt eines solchen Fusspflegekurses ebenfalls behandelt gehabt. Nämlich die anhand praktischer, gegenwärtiger, sicht- und greifbarer Beispiel zu beantwortende Frage: «Wie und wie weit sollen und dürfen wir in unserer beruflichen Funktion bei der Fusspflege der uns anvertrauten Personen (vor-)gehen? Wann soll der gelernte Podologe, und wann eventuell direkt der Arzt „in“ die Zehen(nägel)- oder Fussbehandlung „eingeschaltet“ werden?»

Ein Kurs einzig und allein konkret zu diesem Thema – mit «handfesten» Beispielen und praktischen Arbeiten – wäre nicht nur empfehlens- und wünschenswert, sondern nötig. Denn viele Pflegerinnen, Pfleger und Heimmitarbeiter(innen) werden mit der erwähnten Frage bei ihrer Arbeit immer wieder konfrontiert. «Darf ich, kann ich, soll ich – und wie weit?»

(Text und Bilder: Arthur Dietiker)