



Fusspflege - mehr als Nägelschneiden



Diplomarbeit von Tanja Hofmann

Vorwort

Während meiner Ausbildung habe ich in vielen Gesprächen gemerkt, dass die Leute sich gar nichts oder nur sehr wenig unter einer Fusspflege vorstellen können.

„Was machst Du bei einer Fusspflege? Nägelschneiden und Lackieren?“

Nur kurz gehe ich auf die „normale“ Fusspflege ein, möchte aber in diesem Zusammenhang gerne folgenden Gedanken festhalten: Pflegen heisst auch etwas erhalten. Die Fusspflegerinnen tragen mit ihrer täglichen Arbeit viel zur Prophylaxe (Vorbeugung) der Gesundheit von Füßen und Nägeln bei.

Ich möchte mit dieser Arbeit einen Einblick in die vielfältige Arbeit einer Fusspflegerin geben. Ohne dabei auf Vollständigkeit zu bestehen. Doch ist es mir ein Anliegen, aufzuzeigen, dass zu unserer Arbeit mehr gehört als Nägel schneiden und lackieren.

Als Fusspflegerin kann ich bei div. Problemen eine Lösung anbieten und vielfach auch eine Schmerzlinderung ermöglichen.

Bei Hornhaut ist das Ergebnis schon nach der ersten Behandlung zu sehen, bei anderen Problemen, wie Rollnägeln, braucht es Zeit bis eine Änderung sichtbar wird. Ich kann mit einfachen Mitteln, Geduld und Fachwissen meist eine Besserung herbeiführen.

Auch der „Wellnessbereich“ gehört zur Fusspflege, sei dies ein Fusspeeling, eine Massage oder Nailart. So wie div. Behandlungen, wie Fussreflexzonenmassage, Haarentfernung, Hot-Stone oder Paraffin Behandlungen, usw.

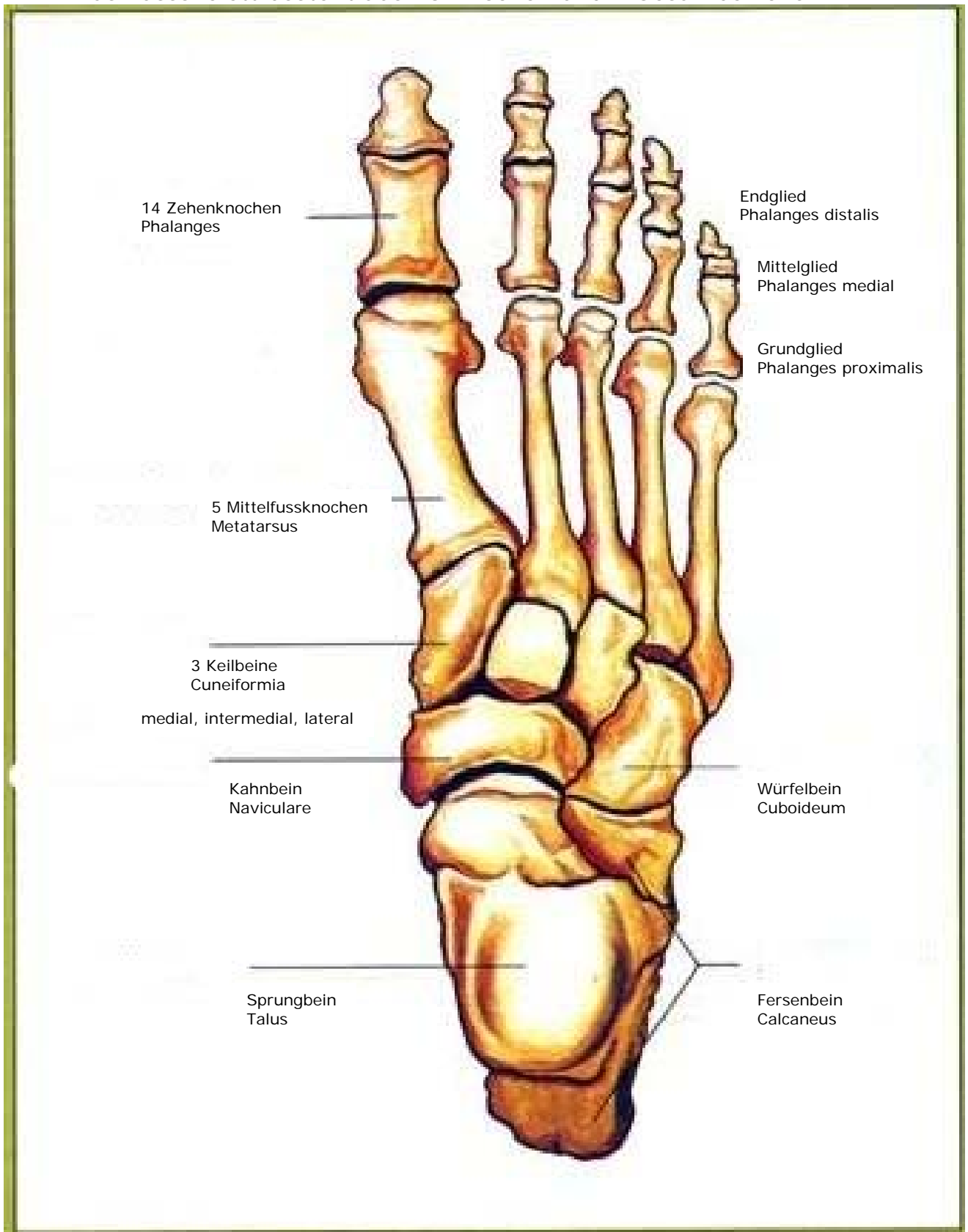
Ich bin überzeugt mit meiner Arbeit als Fusspflegerin einen wichtigen Teil zum Wohlbefinden der KundenInnen beitragen zu können.

Tanja Hofmann-Meier



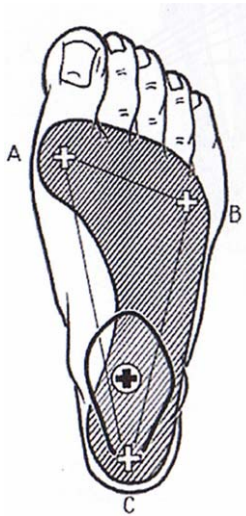
Der Fuss

Das Fussskelett besteht aus 26 Knochen und 2 Sesambeinchen



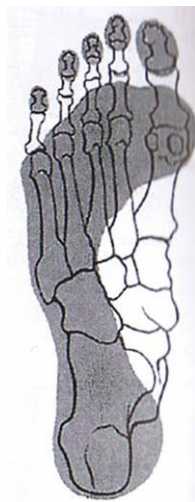
Der Fuss hat drei Auflagepunkte

Der Fuss dient dem Menschen in erster Linie zum aufrechten Gang und Stand. Durch die Lage seiner Knochen entsteht einerseits auf der Innenseite des Fusses ein Längsgewölbe und in Höhe der Mittelfusssknochen ein von innen nach aussen verlaufendes Quergewölbe. Die Unterstüzungsfäche hat die Form eines Dreiecks A-B-C. Durch diese Auflage kann die Körperlast gleichmässig auf die Fusssohle verteilt werden.



Die Auflagepunkte liegen innerhalb des Fusssohlenabdrucks, der im Bild schraffiert dargestellt ist. Der Punkt A entspricht dem Köpfchen von Mittelfusssknochen 1, Punkt B dem Köpfchen von Mittelfusssknochen 5 und Punkt C dem Fersenbein.

Fussabdruck eines re. Fusses mit eingezeichnetem Skelett von unten



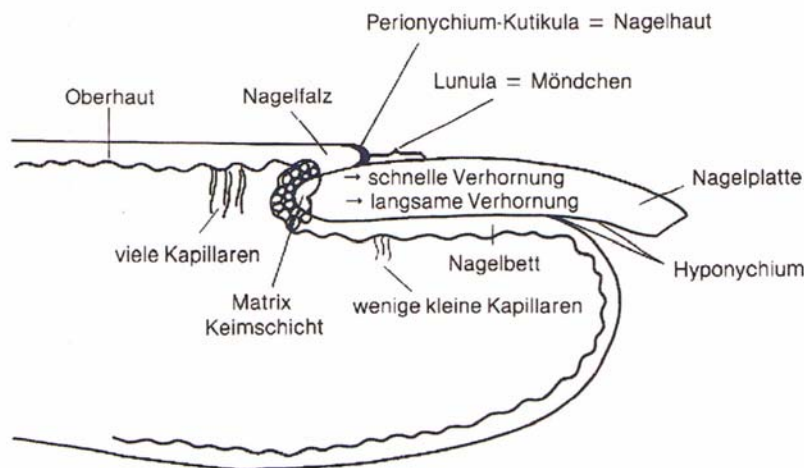
Das normale Abrollen des Fusses erfolgt, beginnend mit dem Fersenbein, über die Fussaussenkante bis zu den Köpfchen der 5 Röhrenknochen (Metatarsköpfchen) mit seinen 2 Sesambeinchen. Als zusätzliche Stützfläche dienen die Endglieder der 5 Zehen.

Das Sprunggelenk

Der Unterschenkel wird mit dem Fuss durch das Sprunggelenk verbunden. Das obere Sprunggelenk besteht aus Knöchelgabel und Sprungbeinrolle. Das untere hintere Sprunggelenk wird aus Sprung- und Fersenbein gebildet. Das untere vordere Sprunggelenk wird einerseits aus Sprung- und Fersenbein gebildet. An der Bildung dieses Gelenkes ist noch das sog. Pfannenband beteiligt. Es bildet mit dem Kahnbein eine Pfanne für die Aufnahme des Sprungbeinkopfes.

Der Nagel

Der Nagel bildet mit dem umgebenden Gewebe eine funktionelle Einheit als Tast- und Greiforgan.



Der Nagel besteht aus:

- Nagelplatte
- Nagelwall
- Nagelfalz
- Nagelmond (Lunula)
- Nagelwurzel (Matrix)
- Nagelhäutchen (Cuticula)
- Nagelbett

Die **Nagelplatte** enthält Zellen mit Zellkernen. Sie besteht aus feinsten Hornzellen, die durch Tonofibrillen fest, aber elastisch verbunden sind.

Die **Cuticula** ist die an den Nagelfalz angrenzende Nagelhaut. Diese dient zum Schutz der Nagelwurzel. Es muss darauf geachtet werden, eine unnötige Schädigung der Cuticula zu vermeiden.

Die **Matrix** ist die Wachstumszone des Nagels.

Das **Nagelbett** ist das unter der Nagelplatte liegende Gewebe der Finger und Zehen und ist für die Haftung der Nagelplatte an der Unterlage verantwortlich.

Das Nagelwachstum beträgt ca. 0,5 – 1,2 mm pro Woche. Für die Wiederherstellung der gesamten Nagelplatte, ausgehend von der Matrix bis zum freien Nagelrand, werden ca. 12 -18 Monat benötigt. Von der Matrix bis zur Cuticula dauert die Erneuerung des Nagels ungefähr anderthalb Monate.

Die Dicke eines gesunden Grosszehennagels beträgt bei einem erwachsenen Menschen im Durchschnitt 0,4 – 0,5 mm.

Ablauf einer Fusspflege

Anwendung bei:

- normaler Fusspflege

Material:

- Hand- und Mundschutz
 - Desinfektionsmaterial
 - Tücher
 - Arbeitsinstrumente
 - Pflegeprodukte
-
- erster Eindruck
 - Fussbad (max. 5 Minuten)
 - Füße gut abtrocknen
 - vorhandener Nagellack entfernen
 - Nägel schneiden
 - Nägel feilen
 - Nagelplatte bearbeiten, wenn nötig
 - Nagelfalz säubern
 - Hornhaut entfernen
 - Nagelecken und Platte versiegeln und abrunden
 - Peeling
 - auf Wunsch Nägel lackieren
 - Fussmassage



Tamponieren mit Smig oder Eugenat

Anwendung bei:

- eingewachsene Nagelecken
- entzündeten Nagelecken
- Rollnägeln
- als Druck- und Reibungsschutz

Mit der Tamponage soll erreicht werden, dass der Nagel nicht mehr auf der Haut auf liegt und ev. eine Führungshilfe erhält.

Es können vers. Materialien verwendet werden. Dabei unterscheidet man vor allem, ob die zu tamponierende Stelle entzündet ist und welchen Zweck die Tamponage erfüllen soll. Smig wird als Druckschutz benutzt, Eugenat ist durch das Gewürznelkenöl entzündungshemmend und kann in verschiedenen Härtegraden hergestellt werden.

Material: Smig

- Dichlormethan
- Smigplatten
- Tamponierhacken
- Schere
- Pinzette



Material: Eugenat

- Zinkoxidpulver
- Gewürznelkenöl
- Vaseline
- Glasplatte
- Copoline
- Tamponierhacken
- Schere
- Pinzette

Vorbereiten der Nägel: reinigen und desinfizieren, besonders des Nagelfalzes. Beim Eugenat Pulver, Öl und Vaseline mit einander gut mischen, bis es einen konsistenten, harten Zement gibt. Durch Beigabe von mehr oder weniger Vaseline kann der Zement in der Härte variabel hergestellt werden. Zinkoxid macht den Zement hart. Das Gewürznelkenöl wirkt entzündungshemmend und kann so zur Schmerzlinderung beitragen. Ein Copoline-Stück wird auf dem Glasplättchen mit dem Zement imprägniert.



Es werden vom Smig oder des imprägnierten Copoline-Stückes kleine Ecken abgeschnitten. Diese Stücke werden vorsichtig um den freien seitlichen Nagelrand gelegt. Smig wird mit wenigen Tropfen Dichlormethan weich und klebrig gemacht und bleibt so am Bestimmungsort fixiert. Die weiche Tamponage soll eine Barriere zwischen dem Nagel und dem Boden des Nagelfalzes bilden.



Soll jedoch ein gewisser Druck auf die Seitenkanten des Nagelwalls ausgeübt werden, um dem Nagelfalz eine andere Form zu geben, muss eine härtere Tamponage/Zement benutzt werden.



Bei Beginn der Therapie



Nach 9 Monaten Tamponade-Therapie konnte dieses gute Ergebnis erreicht werden
– ganz ohne Nagelkorrekturspange

Je besser der Nagel vom Nagelfalz isoliert wird, desto schneller erfolgt die Heilung.

Die Tamponage kann am Ort bleiben, bis sie selbst abfällt oder bis zur nächsten Fusspflege.

Spangentechnik, Onyclip-Spange

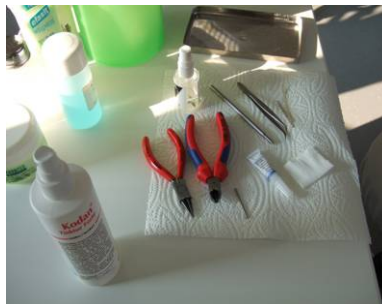
Anwendung bei:

- Rollnägel
- eingewachsene Nägel
- Entzündungen des Nagelfalzes
- deformierte Nägel

Es gibt unterschiedliche Spangen-Arten, deren Wirkprinzip sollte aber immer gleich sein. Die Spange soll die eingewachsenen Nagelränder anheben und dadurch den schmerzenden Nagelfalz entlasten. Ein Fehlwachstum des Nagels wird durch den kontinuierlichen Zug der Spange auf die seitlichen Nagelanteile langsam korrigiert und ein normales Nagelwachstum ermöglichen.

Material:

- Onyclip-Streifen
- Leim
- Activator
- Seitenschneider
- Rundzange
- Cleaner
- Schleifstein



Der Onyclip-Streifen wird nach Stärke ausgesucht und vorgeformt.



Abmessen der passenden Grösse mittels des Massstreifens und zuschneiden mit dem Seitenschneider.



Spange der Nagelform anpassen mit Berücksichtigung der Federkraft. Reinigen und Glättung des Nagels und des Nagelfalzes.



Die Ecken und Schnittkanten der Spange abrunden und glätten, dabei darauf Achten die Kunststoffbeschichtung nicht zu beschädigen.

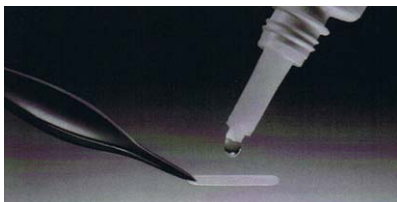


Die Spange und den Nagel entfetten. Den Onyclip-Streifen auf einer Seite mit Leim versehen und beim breitesten Punkt des Nagels anbringen. Mit dem Spatel ca. 30 Sek. leicht andrücken. Nach ca. 1 Min. kann auf der anderen Seite genau so verfahren werden.



Ev. den Nagelfalz tamponieren, damit keine Druck- und Reibungsverletzung entsteht.

Die Spange kann auf dem Nagel verbleiben, bis sie sich selbst löst oder bis zur nächsten Behandlung bei der Fusspflegerin. Es ist auch möglich zwei Spangen hintereinander auf dem Nagel zuplatzieren.



Orthonyxie-Nagelspangen - welche ist die Richtige?

Es gibt unterschiedliche Nagelspangen!

Nachfolgend sind die häufig eingesetzten Spangen aufgeführt es gibt aber noch weitere.

- Fraserspange



Bildquelle "Das Buch der Fußpflege" Hellmut Ruck

- Duplex-Spange



Bildquelle "Das Buch der Fußpflege" Hellmut Ruck

- Onyclip-Spange



Bildquelle "Praxis für Podologie Hausladen"

- Goldstadtspange



Bildquelle "Das Buch der Fußpflege" Hellmut Ruck

- 3TO-Spange



Bildquelle "Prospekt der Firma 3TO GmbH"

- VHO-Spange



Bildquelle "Das Buch der Fußpflege" Hellmut Ruck

Skalpelltechnik

Anwendung bei:

- starke Hyperkeratose (Hornhaut)
- Rhagaden (Risse)

Material:

- Skalpellhalter z.B. Nr. 4
- Skalpellklinge z.B. Nr.24

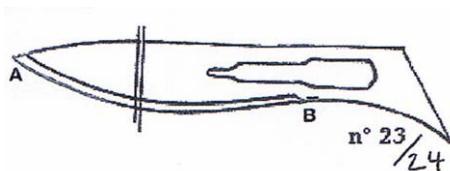


Die eigene Haltung sollte die Wirbelsäule entlasten und einen guten Blick auf den zu behandelten Fussteil ermöglichen.

Bei der Arbeit mit dem Skalpell ist es erforderlich, die Haut in beide Richtungen zu straffen.

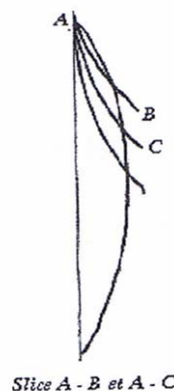
Das Skalpell wird ohne Kraftaufwendung von links nach rechts geführt. Dabei wird die Klinge leicht angehoben, d.h. schräg gestellt.

Es werden dünne Scheiben der Hyperkeratose abgeschnitten, damit man sehen kann, wann man zur gesunden Haut vorgedrungen ist.



Vorzüge der Klinge NR. 24

- Die Form der Klinge führt automatisch zu einer rotierenden, kreisförmigen Führung
- Der Schneideweg ist sehr lang
- Die Form endet in einer Spitze



Zur Schonung der Klinge wird wie auf der Zeichnung vorgegangen. Beim ersten Mal geht die Klinge bei A hinein und kommt bei B heraus, sie passiert die harte Schicht zweimal. Beim nächsten Schnitt wird die Klinge dort angelegt, wo die harte Schicht schon entfernt wurde, somit scheidet sie nur einmal durch die harte Schicht, wenn sie bei C herauskommt.

Balsantechnik / Keratolyt

Anwendung bei:

- Hornhaut
- trockene Haut
- Nagelhaut

Material:

- Balsan- od. Keratolytflüssigkeit
- Fettcreme
- Baumwollwatte
- ev. Frischhaltefolie
- stumpfes Skalpell



Der Vorteil der Balsantechnik ist, dass weder geschnitten, geraspelt noch gehobelt werden muss und deshalb keine gesunde Haut verletzt wird.

Die Füße sollten trocken behandelt werden, da die Lotion sonst nicht einwirken kann.

Nach der ev. Vorarbeit mit Fräser oder Skalpell wird die nicht verhornte Hautpartie mit der Fettcreme geschützt. Darauf achten, dass diese Creme nicht auf die Hornhaut kommt, damit die Lotion ungehindert einwirken kann. Es wird eine dünne Lage Baumwollwatte auf die trockene, fettfreie Hornhaut gelegt und mit der Lotion getränkt. Bei starker Verhornung kann nach 5 Minuten die Watte erneut befeuchtet werden.

Nach ca. 10-20 Minuten Einwirkzeit wird die Watte entfernt und die angeweichte Hornhaut mit einem stumpfen Instrument abgeschabt.

Bei der Behandlung der Nagelhaut verkürzt sich die Einwirkzeit auf 1-3 Minuten. Die Nagelhaut wird nach Abnehmen der Watte mit einer trockenen, harten Nagelbürste entfernt.



Nagelprothetik mit Fiberglas und Paladur

Anwendung bei:

- abgebrochene oder gerissene Nagelecken
- Traumen
- eingewachsene Nägel
- Onychomykose (Nagelpilz)
- Verlust des eigenen Nagels

Unter der Nagelprothetik versteht man die Anpassung von Nagelteilen oder ganzen künstlichen Nägel. Damit soll das Nagelbett und die noch vorhandene Nagelplatte geschützt werden. Nagelreparaturen sowie Prothesen sind nicht nur eine kosmetische Spielerei sondern eine sinnvolle Massnahme. Sie können die Verkümmernung des Nagelbetts verhindern oder sogar zur Neuausbildung eines verkümmerten Nagelbetts beitragen. Doch sollte auch der kosmetische Aspekt der Nagelprothetik nicht unterschätzt werden, denn oft leiden Patientinnen erheblich unter den unästhetischen Fuss- und Fingernägeln.

Material: Fiberglas

- Nagelleim
- Activator
- Fiberglas
- Metallstäbchen
- Schere



Der Riss oder das fehlende Nagelteil werden vorbehandelt, d.h gereinigt, desinfiziert und gut getrocknet. Bei einem Riss wird dieser zuerst geleimt. Bei ausgebrochenen Ecken diese mit Fiberglas ergänzen. Danach zur Verstärkung mit Fiberglasstücken (1- 3 St.) mehrmals verleimen.

Wichtig: Es darf kein Fiberglasgewebe mehr sichtbar sein
--> zuwenig Leim = Bruchgefahr!

Die Übergänge vom Leim zum Nagel vorsichtig abschleifen.



Material: Paladur

- Methacrylsäuremethylester – Pulver
- Härter
- Dappenglas
- Spatel
- Nagelleim
- Kunststoffschiene / Rodoit



Vorbereiten des Nagels und des Nagelbetts, d.h. abschleifen, reinigen und desinfizieren. Es muss 1/3 der natürlichen Nagelfläche vorhanden sein, um eine ausreichende Haftung für den Ersatznagel zu garantieren.

Anleimen der Kunsstoffecken/Rodoiten an die noch vorhandenen Nagelecken, dabei auf die Form des Nagel und des Nagelwalles achten. Bei Bedarf mit Smig unterlegen und Form geben.

Anrühren der Nagelmasse. Diese muss leicht viskose sein. Auftragen des Kunststoffes mit Hilfe eine Spatels, zum modellieren den Spatel mit Kodan oder Ähnlichen benetzen.

Beginnt die Masse auszuhärten, sollte sie nicht mehr berührt oder modelliert werden.

Um grössere Mengen Kunststoff zu verarbeiten, empfiehlt sich ein schichtweises Auftragen.

Nach der Aushärtung ev. noch in Form fräsen und überschüssiges Material entfernen.

Der Kunstnagel sollte ca. 1 mm dick sein und bei einer Teilergänzung mindesten die Hälfte des Nagels bedecken.



Reibungsschutz

Anwendung bei:

- Stressbelastete Stellen
- gerötete Stellen

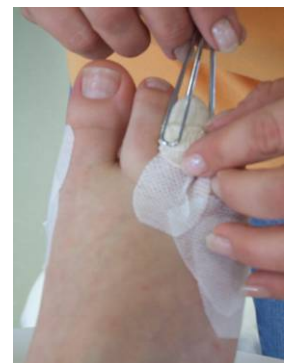
Material:

- dünner Filz
- kaschierte Gewebe (Molesink, Fleecy-Web)
- Tubi-Schläuche / Trikotmaterial
- doppelagige Kunststoffmaterialien
- Silikonmasse

Für einen Reibungsschutz werden dünne Materialien mit bis zu 2 mm Materialstärke verwendet. Der Reibungsschutz überdeckt die ganze stressbelastete Stelle.



Anbringen eines Schlauchverbandes mit Hilfe eines Applikators (Tubi-Schlauch)



Reibungsschutz speziell für den Nagelfalz -> siehe Tamponage

Druckentlastung

Anwendung bei:

- Hühneraugen
- starke Hohnhaut
- Fehlstellungen der Zehen

Material:

Es gibt verschiedene Druckentlastungsmaterialien mit unterschiedlichen Materialstärken

- Filz, Filz-Schaumgummikombinationen
- Silikonmasse
- Thermoplastischer Kunststoff (Plastazote)

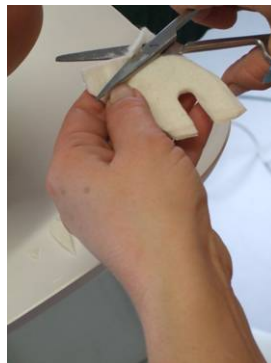
Die benötigte Materialstärke einer Druckentlastung beträgt 2 mm. Sie kann, im plantaren Bereich, sogar bis zu 10 mm und mehr erfordern. Ringpolster, die ebenfalls zu den Druckentlastungen gehören, eignen sich nicht besonders, da sich die Hautschichten in die Aussparung des Polsters hineinziehen.



Druckstelle
z.B. Calvus



Abmessen und
zuschneiden



Übergänge ab-
schrägen



Anbringen



Fixierband zuschneiden und damit den Druckschutz fixieren



Orthosen

Anzuwenden bei:

- Zehen- und Vorfussfehlstellungen
- Hühneraugen
- Druckstellen

Material:

- Silikonmasse
- Härterpaste
- Fettcreme

Mit Hilfe von Orthosen können Zehenfehlstellungen korrigiert, Hühneraugen und Druckstellen entlastet werden. Je nach dem geplanten Einsatz der Orthose wird diese in verschiedenen Härtegraden angefertigt.

Wir unterscheiden:

- Entlastungsorthosen, z.B. bei Hühneraugen im Interdigitalraum
- Korrekturorthosen, z.B. bei Hammer- oder Reiterzehen

Damit das Silikon nicht an den Händen und Füßen kleben bleibt, werden diese mit Creme eingerieben.

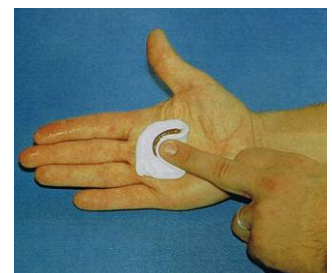
Um den Fuss flexibel und geschmeidig zu machen, wird eine dorsale Plantarflexion durchgeführt.



Die Silikonmasse an der betreffenden Stelle anprobieren, um die Menge und das Anbringen zu kontrollieren.



Die Silikonmasse mit der Härterpaste gut und zügig vermischen. Es muss eine homogene Masse entstehen.



Anbringen der Orthose und modellieren direkt am Fuss.



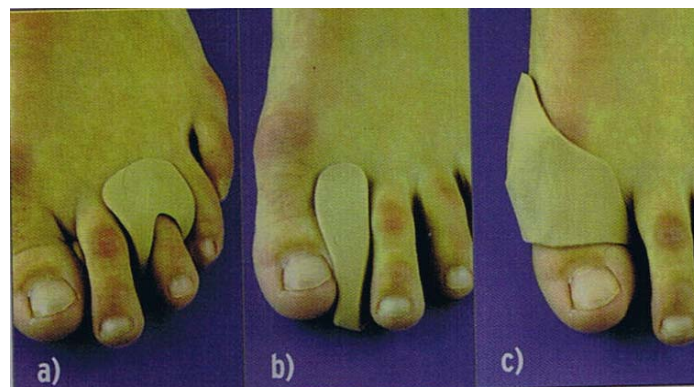
Die Flexion halten bis der Polimersationsvorgang beendet ist.



Die Orthose sollte ca. 12 Stunden aushärten.

Danach stellt die Orthose einen elastischen, hautverträglichen Druckschutz dar, den der Kunde selber waschen und desinfizieren kann.

Häufig angefertigte Orthosen sind z.B. die Reiterzehenorthose a, der Zehenzwischenkeil b, die Streckorthose und die Ballenschale c.



Mit einer korrigierenden Orthose soll allgemein Folgendes erreicht werden:

- Eine Streckung der verkürzten Gelenke.
- Eine Aufhebung der Verklebung, welche die Mobilität der Gelenke beeinträchtigt.
- Eine Streckung und Stärkung der Muskeln.
- Die Korrektur stabilisieren und erhalten.

Nailart

Anwendung bei:

- keine
- ev. verfärbte Nägel
- Überdecken einer Nagelspange

Material:

- div. Nagellacke
- Glitterstaub
- Strasssteine
- usw.

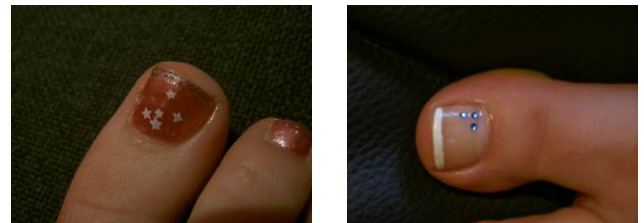


Nailart am Fuss heisst die Kunst, die gepflegte Füsse zum Blickfang werden lässt.

Mit div. Hilfsmitteln wie Stempel, Blattschmuck, Motivapplikationen, Glitterstaub und Lacken in allen Farben, werden die Nägel zu einem echten Schmuck.



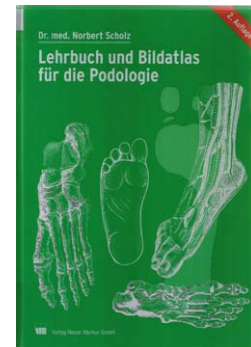
Der phantasievollen Gestaltung der Fussnägel sind fast keine Grenzen gesetzt. Es sollte jedoch darauf geachtet werden, dass möglichst flache Accessoires verwendet werden, die in den Schuhen nicht stören.



Soll die Nailart 2-3 Monate halten, kann sie mit lichthärtenden Farbgele aufgetragen werden.

Quellennachweis

„Lehrbuch und Bildatlas für die Podologie“
von Dr. med. Norbert Scholz



„Bildatlas der Medizinischen Fusspflege“
von Fritz Bittig



„Schulungsordner“
der Fachschule Para Vida
www.paravida.ch



div. Seiten aus dem WWW

Danke

An dieser Stelle möchte ich mich bei allen die mich während der Ausbildung unterstützt haben von Herzen bedanken. Danke, denen die mich bestärkt und sich mit mir gefreut haben und denen die sich mutig als erste Modelle zur Verfügung gestellt haben.

Danke, meinen Eltern, meiner Schwiegermutter und meinem Mann für das betreuen von Jana und Marius, während den Schulblöcken.

Danke, Daniel für das Mittragen in Gedanken und konkret auch beim Aufbau des Studios, der HP und dieser Diplomarbeit.



Danke!



Stichwortverzeichnis

3	
3TO-Spange.....	11
A	
Activator.....	9, 14
Auflagepunkte.....	4
B	
Ballenschale.....	19
Balsan.....	13
C	
Calvus.....	17
Cleaner.....	9
Copoline.....	7
Copoline-Stück.....	7
Cuticula.....	5
D	
Dappenglas.....	15
Dichlormethan.....	8
Duplex-Spange.....	11
E	
Eugenat.....	7
F	
Fiberglas.....	14
Filz.....	16
Fleecy-Web.....	16
Fraserspange.....	11
G	
Gewürznelkenöl.....	7
Glasplatte.....	7
Glitterstaub.....	20
Goldstadtspange.....	11
H	
Hyperkeratose (Hornhaut).....	12
K	
kaschierte Gewebe.....	16
Keratolytflüssigkeit.....	13
Körperlast.....	4
Kunststoffschiene.....	15
L	
Lacken.....	20
M	
Matrix.....	5
Methacrylsäuremethylester.....	15
Molesink.....	16
Motivapplikationen.....	20
N	
Nagelbett.....	5
Nagelleim.....	15
Nagelplatte.....	5
Nagelprothetik.....	14
Nagelspang.....	20
O	
Onychomykose (Nagelpilz).....	14
Onyclip-Spange.....	11
Onyclip-Streifen.....	9
Orthosen.....	18
P	
Paladur.....	15
Plastazote.....	17
R	
Reiterzehenorthose.....	19
Rhagaden (Risse).....	12
Rodoit.....	15
Rundzange.....	9
S	
Schleifstein.....	9
Seitenschneider.....	9
Smig.....	7
Stempel.....	20
Strasssteine.....	20
Streckorthose.....	19
T	
Tamponade-Therapie.....	8
Tamponierhacken.....	7
Thermoplastischer Kunststoff.....	17
Traumen.....	14
Trikotmaterial.....	16
Tubi-Schläuche.....	16
V	
Vaseline.....	7
VHO-Spange.....	11
Z	
Zehenzwischenkeil.....	19
Zement.....	7
Zinkoxidpulver.....	7



Inhaltsverzeichnis

Vorwort	2
Der Fuss	3
Der Fuss hat drei Auflagepunkte	4
Der Nagel	5
Ablauf einer Fusspflege	6
Tamponieren mit Smig oder Eugenat	7
Spangentechnik, Onyclip-Spange	9
Orthonyxie-Nagelspangen - welche ist die Richtige?	10
Orthonyxie-Nagelspangen - welche ist die Richtige?	11
Skalpelltechnik	12
Balsantechnik / Keratolyt	13
Nagelprothetik mit Fiberglas und Paladur	14
Material: Fiberglas	14
Material: Paladur	15
Reibungsschutz	16
Druckentlastung	17
Orthosen	18
Nailart	20
Quellennachweis	21
Stichwortverzeichnis	22
Inhaltsverzeichnis	23

