

## **METODA ARKADY A KLAMRY ORTONYKSYJNE**

Leczenie podologiczne wykorzystuje metody korekcji płytek paznokciowych ogólnie opisywanych jako ortonyksja.

Określenie „orthonyxie” powstało z użycia greckich słów „orthos” – prosto i „onyks” – paznokieć. Celem ortonyksji jest uniesienie brzegów wrastających paznokci oraz wyprostowanie płytki paznokciowej.

Podstawową metodą korekcji wrastających paznokci jest montowanie na płytce paznokcia specjalnie skonstruowanej klamry korekcyjnej.

W **Metodzie Arkady** za pomocą urządzenia medycznego- Kostki Arkady stabilizuje się paluch , następnie za pomocą manipulatorów w sposób bardzo delikatny i bezbolesny odkształca płytkę paznokciową i za pomocą akrylu opracowanego na potrzeby Metody Arkady - utrwala to odkształcenie. Tak odkształcona płytka daje uczucie komfortu głównie z powodu ustąpienia uporczywego bólu. Odpowiednio nałożony, utwardzający się pod wpływem wiązania chemicznego akryl, unosi płytkę paznokcia i nadaje jej właściwy kierunek wzrostu.

**Szczególnie istotnym czynnikiem wyróżniającym Metodę Arkady od innych metod jest korygowanie płytki paznokciowej na całej jej powierzchni w przeciwieństwie do wąskich klamer korekcyjnych, które przylegają do płytki na bardzo ograniczonej powierzchni.**

Przeciwwskazaniem do szeroko rozumianej ortonyksji jest kruchość, brak elastyczności płytki paznokciowej, brak wzrostu płytki oraz niekonsekwencja chorego w dalszej pielęgnacji paznokci. W Metodzie Arkady braku wzrostu płytki, zbyt mała elastyczność czy kruchość nie jest przeciwwskazaniem, wręcz przeciwnie, metoda ta utwardza płytkę, daje wzmocnienie dla osłabionej płytki paznokciowej oraz nadaje płytce estetyczny wygląd.

## **WYCIĘCIE CHIRURGICZNE**

Zabieg wykonywany jest w znieczuleniu miejscowym. Wycinany jest na całej długości boczny, wbijający się w skórę fragment paznokcia, najczęściej wraz z macierzą, z której wyrasta i na której leży. Rana po zabiegu może zostać zszyta lub „zamknięta” przy pomocy specjalnych plastrów tzw. Steri strip'ów.

## PORÓWANIE WYCIĘCIA CHIRURGICZNEGO I METODY ARKADY

WYCIĘCIE CHIRURGICZNE	REKONSTUKCJA PAZNOKCIA KOSTKĄ ARKADY
Konieczne jest znieczulenie palca	Wykonywana jest bez znieczulenia lub w znieczuleniu: - na życzenia pacjenta - gdy trzeba usunąć ziarninę
Wycina się wrastający paznokieć wraz z podłożem i przerostą skórą wału paznokciowego	Nie wycina się paznokcia lecz odtwarza przy pomocy akrylu brakujący fragment nadmiernie wyciętego paznokcia
Wykonywane jest narzędziami chirurgicznymi	Wykonywana jest w urządzeniu medycznym - Kostka Arkady
Gojenie rany trwa ok. 7-14 dni	Nie ma rany o ile nie usuwa się ziarniny
Jest bolesność po zabiegu z powodu rany Może istnieć konieczność stosowania leków przeciwbólowych	Bolesność spowodowana wbijaniem się paznokcia ustępuje bezpośrednio po zabiegu Brak bolesności związanej z zabiegiem
Istnieje konieczność zmiany opatrunków	Nie ma opatrunku
Paznokieć będzie węższy o wycięty fragment	Szerokość paznokcia pozostanie ta sama
Powstaje blizna z skóry wału paznokciowego	Nie będzie blizny
Wycięcie radykalnie usuwa przerostą skórę wału paznokciowego	Przerośnięcie wału paznokciowego ustępuje stopniowo
Efekt estetyczny dobry po wygojeniu rany	Bardzo dobry efekt estetyczny natychmiast po zabiegu
Zdarzają się nawroty po wycięciu	Czasami istnieje konieczność uzupełnienia akrylu

## **ZABIEG METODĄ ARKADY**

Zabieg może być wykonywany bez znieczulenia lub w znieczuleniu miejscowym, które może wykonać lekarz. Znieczulenie polega na podaniu leku w okolicę palca, podobnie jak znieczuliła się zęby u dentysty.

Zabieg składa się z kilku etapów:

1. Wstępne przygotowanie paznokcia przed zabiegiem
2. Uwidocznienie w kostce Arkady brzegów wbijającego się paznokcia
3. Plastyczna rekonstrukcja płytki paznokciowej

Jeśli zabieg wykonuje się w znieczuleniu można jednocześnie usunąć ziarninę z okolicy paznokcia.

Jeśli podczas zabiegu nie usuwa się ziarniny to po zabiegu nie jest wymagany żaden opatrunek i można się normalnie myć. Po usunięciu ziarniny mycie palca bez opatrunku zwykle jest możliwe od następnego dnia

## **MECHANIZM WRASTANIA PAZNOKCI**

Główną przyczyną wrastających paznokci są czynniki genetyczne oraz zaburzenia mikrokrążenia w przebiegu różnych chorób naczyniowych czy też niewłaściwa technika obcinania. Ryzyko choroby zwiększa się także po uszkodzeniach palucha i noszeniu źle dopasowanego obuwia. Wrastaniu paznokci sprzyjają też zmiany ortopedyczne takie jak deformacje palców w tym , paluch koślawy czy też stopa koślawą , płaskostopie lub nieprawidłowa motoryka chodu.

Innym czynnikiem sprzyjającym wrastaniu paznokci to nadwaga, która powoduje zmianę biomechaniki stopy, a to doprowadza do zmiany ustawienia kątów palców. Podstawowymi kryterium pozwalającym na rozpoznanie wrastającego paznokcia to obrzęk, zaczerwienienie i bolesność wałów paznokciowych. Ból początkowo stwierdza się przy dotyku a później występuje jako ból ciągły. Następnie w miarę wrastania paznokcia w otaczające tkanki miękkie pojawia się nasilenie zmian zapalnych i w konsekwencji dochodzić może do powstawania patologicznej ziarniny zwanej dzikim mięsem. Nieleczony stan zapalny może doprowadzić do zakażeń bakteryjnych i grzybiczych, które wnikając w głąb tkanek powoduje powstawanie zanokcicy a nawet zapalenia i martwicy kości palucha.

Działaniem lekarza lub podologa w przypadku wrastających paznokci jest profilaktyka i edukacja chorych.

### **PODOLOGICZNE METODY PROFILAKTYKI WRASTANIA PAZNOKCI**

1. Edukacja chorego o przyczynach wrastania płytek paznokciowych.
2. Wyeliminowanie czynników dających zmiany płytki paznokciowej ( głównie leczenie chorób ogólnoustrojowych).
3. Noszenia odpowiedniego dla długości i szerokości stopy obuwia.
4. Odpowiednie przycinanie płytki paznokciowej podczas pielęgnacji.

5. Noszenie wkładek ortopedycznych dopasowanych do deformacji kostnych stopy.

6. Tamponowanie wałów paznokciowych polegających na podłożeniu pod brzegi boczne i przyśrodkowe płytki tamponu nasączonego środkiem odkażającym.

7. Nakładanie rurek z tworzywa sztucznego na brzegi paznokcia. Zabieg ten zabezpiecza przed uszkodzaniem wałów paznokciowych przez ostre brzegi paznokcia.

### **Anatomia płytki paznokciowej**

Paznokieć (*unguis*) stanowi jeden z przydatków naskórka, który jest wytwarzany przez nabłonek skóry. Na jednostkę paznokciową składają się elementy takie jak: macierz, płytka czyli trzon paznokcia, łożysko oraz tkanka około paznokciowa. Najważniejsze struktury płytki to macierz i łożysko. Macierz jest miejscem, w którym komórki dzielą się i w miarę nawarstwiania zrogowaciałych komórek, przesuwiają się po łożysku tworząc paznokieć. Tkanki położone bezpośrednio pod płytką stanowią łożysko. Łožysko jest tym miejscem w którym następuje właściwe odżywianie płytki paznokciowej dzięki mocno rozbudowanej sieci mikrokrążenia.

Wzrost paznokcia następuje w sposób ciągły przez całe życie. Średnio szybkość wzrostu paznokcia wynosi 0,1 mm na dobę, przy czym jest on szybszy na palcach rąk niż stóp. Paznokcie rosną najszybciej między 5 a 30 rokiem życia. Całkowity odrost płytki paznokciowej następuje w okresie 3 - 6 miesięcy. Spowolnienie następuje głównie u ludzi w wieku starszym lub w przypadku różnych chorób ogólnoustrojowych. Wzrost płytki paznokciowej uzależniony jest od stopnia uszkodzenia przez te choroby mikrokrążenia.

Zdrowa płytka paznokciowa jest połyskliwa, gładka, zaróżowiona o wypukłej powierzchni grzbietowej. O wzroście i kondycji płytki paznokciowej decyduje macierz i łożysko. Macierz i łożysko płytki paznokciowej nie mają swoich głównych naczyń krwionośnych. Głównym źródłem odżywiania tych struktur anatomicznych jest głównie mikrokrążenie. Od wydolności mikrokrążenia uzależniona jest wartość płytki paznokciowej. Choroby, które przebiegają z uszkodzeniem mikrokrążenia powodują powstawanie zmian na płytce paznokciowej widoczne dopiero po pewnym czasie, w miarę wzrostu płytki. Zmiany te mogą mieć charakter przejściowy, ale czasami przyjmują formę zmian utrwalonych. Zmiany płytki paznokciowej uwiadcniają się w przebiegu różnych chorób takich jak: cukrzyca, nadciśnienie tętnicze, przewlekła niewydolność żylna, niewydolność układu chłonnego, choroby metaboliczne, urazy i stany zapalne (wirusowe, bakteryjne, grzybicze). Paznokcie więc mogą być odbiciem stanu zdrowia organizmu człowieka. Innym patologicznym stanem chorobowym płytki paznokciowej, który daje duże dolegliwości bólowe choremu jest wrastanie płytki paznokciowej w wały paznokciowe.