

ВЛАД КАРАБАЗА

Какие мировые тенденции в подологии вы наблюдаете?
Они очень отличаются в зависимости от стран и континентов. Например, в Европе обращают внимание в основном на то, чтобы ногти были здоровыми, а красота для европейцев вторична. Поэтому найти там специалиста, который не только вылечит ногти, но и позаботится об их эстетике, очень сложно. На Востоке наоборот: азиатские женщины часто считают свои ногти слишком маленькими и поэтому наращивают их и на руках, и на ногах, увеличивая не только длину ногтевой пластины, но и ее ширину, то есть клеят большие типсы. Они любят френч, объемную лепку и огромные стразы. Я не раз становилась свидетельницей того, как к подологу в Азии обращались пациентки, нечаянно сорвавшие такой ноготь: они вызывали большое сочувствие.

Как в этом смысле обстоят дела в России?
На мой взгляд, в нашей стране идеально соблюдается баланс качества, здоровья и красоты. Мы действительно можем красиво и быстро решать возникающие проблемы без последствий и с гарантией.

Петербург нередко называют городом дождей: как это влияет на состояние наших ног?
Именно из-за влажного климата и дождей у жителей Петербурга часто бывают мокрые ноги, а влажная стопа провоцирует множество заболеваний: натоптыши, трещины, мозоли, грибок и даже вросшие ногти. Заниматься самолечением ни в коем случае нельзя: это может критически усугубить проблему. Нужно понимать, что у каждого человека индивидуальное строение стопы и связанное с этим определенное соотношение длины, ширины и полноты. У всех совершенно разные по форме ногтевые пластины, разная длина пальцев, разный вес и нагрузка на ноги, и подолог даже по малозаметным признакам — изменению цвета ногтя или натоптышу в определенном месте — может определить зарождение системного заболевания и указать, к какому врачу необходимо обратиться.

Подологам важно работать в связке с другими специалистами. Наш центр, помимо всего прочего, сотрудничает с одной из петербургских онкологических клиник, чтобы своевременно распознать любое новообразование. В нашей профессии очень важен именно комплексный подход. Ведь организм человека — это единое целое, и очень многие проблемы друг с другом связаны. Поэтому у нас большой штат врачей, и это не только подологи, но и дерматологи, косметологи, флебологи, ортопеды, сосудистые хирурги, кардиологи, остеопаты.

Раньше люди часто ходили босиком. Теперь это редкость. Как это влияет на развитие современных детей?
Мы, подологи, наблюдаем серьезное эволюционное отклонение, которое называется адаптацией поколения к ровному полу. Мышцы стоп из-за этого развиваются не так, как это заложено от природы, и у огромного количества детей формируется плоскостопие. Это влечет за собой такие проблемы, как врастание ногтя или какие-то костные изменения, что, в свою очередь, приводит к проблемам в позвоночном столбе и к мигреням. И я очень радуюсь, когда слышу, что дома или в детских садах на полу расстилают коврики с разными камушками, по которым дети бегают босиком и тренируют мышцы. Своим пациентам я рекомендую такое упражнение: можно раскидать упаковку фломастеров и собирать их с детьми ногами — кто больше соберет, тот и выиграл. И конечно, не нужно бояться общаться с ребенком на тему ног, не нужно стесняться этого.

Раньше женщины стеснялись крупных стоп: изящество считалось синонимом красоты и женщины чувствовали неловкость из-за больших размеров обуви. Изменились ли сейчас эстетические стандарты?
Надеюсь, высказанный вами стереотип уже неактуален. Сегодня средним размером женской ноги является 41-й. Ноги растут всю жизнь. На увеличение размера стопы могут повлиять возраст, вес, беременность. На состояние ног влияет профессиональный спорт, ведь это огромная ударная нагрузка и на коленные суставы, и на позвоночник с большими негативными последствиями в более старшем возрасте.

У нас есть пациенты, которых мы называем десятитысячниками. Это люди, которые уверены в том, что нужно ежедневно проходить по десять тысяч шагов: их сразу видно по ногам, когда они разуваются. Во-первых, у многих из них нет необходимой подготовки для такого променада, во-вторых, они неправильно подбирают обувь для ходьбы, а в-третьих, некоторым людям такая длительная ходьба в принципе противопоказана. Все индивидуально, и полезное для здоровья количество шагов в сутки для каждого свое.

Как различается уход за ногами в зависимости от пола и возраста?
Когда ребенок начинает ходить, его можно сразу привести к подологу для понимания того, как он развивается, и для получения рекомендаций по домашнему уходу. Подростковый возраст имеет свои особенности и сложности. Из-за гормонального всплеска, когда организм еще не может противостоять многим вирусам, у подростка часто появляются бородавки. В 70% случаев они проходят сами собой, но если сохраняются более шести — восьми месяцев, то имеет смысл обратиться к подологу. Кроме того, у подростков часто наблюдается повышенная потливость со всеми сопутствующими проблемами влажных стоп. Часто ребята этого стесняются и скрывают, что что-то не так. Поэтому родителям нужно понимать особенности этого сложного возраста и не пускать здоровье детей на самотек.

Многие взрослые люди испытывают стресс, недосыпают, неправильно питаются, что ослабляет общий иммунитет. К этому добавляется ослабление местного иммунитета — травмы, неправильно выполненный педикюр в салоне, неудобная обувь и прочее. В результате у многих начинаются подологические проблемы. У мужчин они усугубляются тем, что многие не имеют привычки переобуваться на работе и ходят в помещении и на улице в одной и той же обуви. Это провоцирует развитие бактерий, потливость, неприятный запах, а в дальнейшем может появиться грибок. Женщины, в свою очередь, могут подолгу носить неудобную, но при этом красивую и эффектную обувь. Как следствие, они получают изменение ногтей, мозоли, натоптыши. И пол, и возраст действительно имеют свою специфику, о которой важно знать. И очень важно быть в курсе, как решить все проблемы.

С уходом зарубежных компаний ощущаете нехватку профессиональных уходовых средств?
Некоторые проблемы с поставками космецевтики — профессиональной подологической уходовой косметики — действительно появились. Я приверженка немецкой косметики: считаю ее эталонной в уходе за ногами. Поэтому мы приняли решение о выпуске своей подологической косметики. Наняли технологов и несколько месяцев разрабатывали по формулам ряд основных направлений — например, активатор роста ногтя, препараты для пяток и стопы от мозолей и натоптышей. В результате запустили собственное производство и теперь зависим от зарубежных компаний гораздо меньше.

Ваша сеть подологических клиник очень быстро развивается: за пять лет вы открыли семь филиалов в Петербурге и один в Адлере. Накоплен большой опыт — что дальше?
За эти годы через нас прошли более двухсот тысяч пациентов, и теперь я хочу развивать подологию по всей стране. Но только не по франшизе: я считаю, что там, где начинается франшиза, заканчивается качество. Поэтому каждый филиал я открываю лично, каждого специалиста отбираю сама. Кроме того, сейчас у нас в разработке пилотный проект: мы занимаемся открытием Академии подологии, где будем профессионально готовить специалистов-подологов. Мне нравится подход, когда человек может быть и здоровым, и красивым.

У меня была пациентка, которая лет в двенадцать потеряла ногти больших пальцев. Ей упал на ноги стол, и ногти на этих пальцах у нее стали совсем маленькими, некрасивыми. Она мне сказала: «Анастасия Валерьевна, у меня всю жизнь была мечта встретить Новый год в босоножках». А кто мы такие, чтобы рушить мечты? Мы ей сделали все, что необходимо, красиво спротезировали ногти, накрасили красным гелем-лаком. И когда она увидела результат, она заплакала: настолько сильными были эмоции. В такие моменты я понимаю, что мы делаем свою работу не зря.

Беседовала Светлана Куликова

В ЕВРОПЕ ОБРАЩАЮТ ВНИМАНИЕ
в основном на то, чтобы ногти были здоровыми, а красота для них вторична. На Востоке наоборот: азиатские женщины часто считают свои ногти слишком маленькими и поэтому наращивают их и на руках, и на ногах. В нашей стране идеально соблюдается баланс качества, здоровья и красоты.