



**NJEGA STOPALA U SEDAM KORAKA**

**GLUMICA LEONORA SURIAN ISPROBALA JE NAJNOVIJI TRETMAN ZA NJEGU STOPALA u zagrebačkom kozmetičkom studiju Orgona u kojem se svi tretmani izvode isključivo s certificiranom prirodnom kozmetikom**

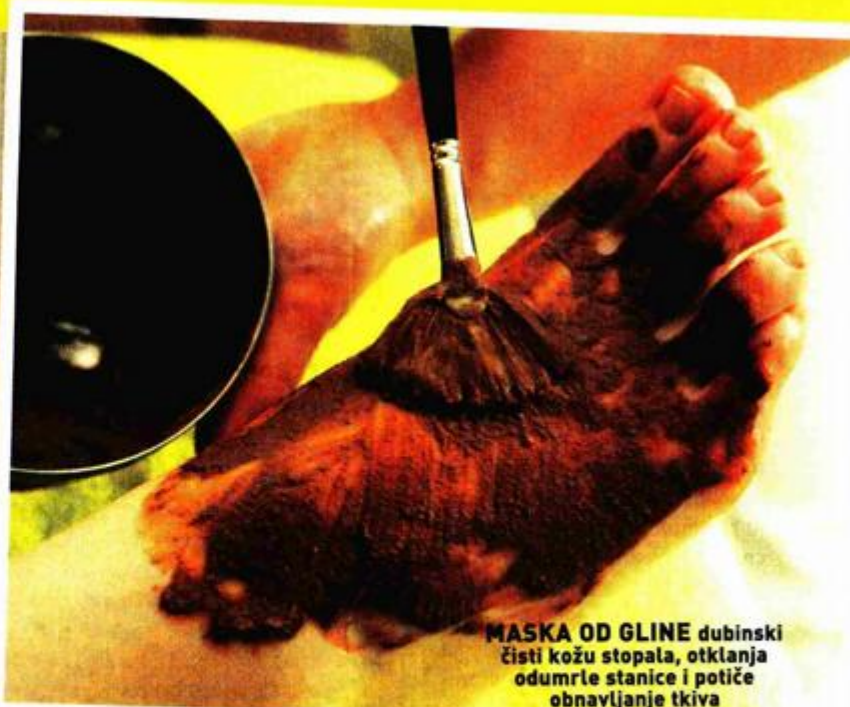
**Sretna stopala uz prirodnu njegu i č**

## 'Po stopalima se vidi koliko brinemo o sebi'

Leonora Surian

"Smatram da se po stopalima i rukama određene osobe vidi koliko se netko brine o sebi. Naime, mnogi ljudi nepravедno zapostavljaju te dijelove tijela jer misle da se ne vide. U Orgonu dolazim četiri puta na mjesec i zadovoljna sam uslugom, a posebno mi se svidio intenzivni tretman Sretna stopala jer osim što su moja stopala sada spremna za sandale, tijekom tretmana sam se dobro i opustila. Njegujem stopala redovito i zimi, a sad s dolaskom toplih dana Orgonu zbog njege stopala planiram posjećivati svaka dva tjedna. U kozmetički studio za prirodnu njegu lica i tijela Orgona prvi put sam došla na preporuku prijateljice nakon snimanja saponice 'Sve će biti dobro'. Primijetila sam da mi je koža dosta propala zbog teške šminke koju sam nosila tijekom snimanja i da joj je potrebna posebna njega. Tretmani su mi dosta pomogli jer su na prirodnoj bazi, a osobito mi se svidio pristup koji osoblje ima prema klijentima. Osoblje je vrlo ljubazno i vidi se da njeguju metodu koju zastupaju, a to je prirodnost".

**MARINA VIŠNJIĆ,**  
kozmetičarka  
i pedikerka u  
kozmetičkom studiju  
za prirodnu njegu  
lica i tijela Orgona, s  
glumicom Leonorom  
Surian



**MASKA OD GLINE** dubinski čisti kožu stopala, otklanja odumrle stanice i potiče obnavljanje tkiva

NAPISALA: KRISTINA GAČARIĆ; SNIMIO: TOMISLAV SMOLJANOVIĆ

U kozmetičkom studiju za prirodnu njegu lica i tijela Orgona u Zagrebu, u kojem se svi tretmani izvode isključivo s certificiranom prirodnom organskom kozmetikom Dr.Hauschka i Primavera, odnedavno je u ponudi poseban intenzivni tretman za njegu i zdravlje stopala Sretna stopala. Marina Višnjić, kozmetičarka i pedikerka zaposlena u Orgoni, objasnila je zbog čega je važno negovati stopala: "S dolaskom toplijih mjeseci nose se sandale tako da je s estetskog stajališta bitno imati njegovana stopala. Osim zbog estetskih razloga, njega stopala je bitna jer takvo stopalo nije podložno nastanku gljivica,

otvrđuća kože te kurijih očiju". Marina Višnjić kaže da su stopala vrlo opterećen dio tijela i da im je nakon zime, tijekom koje su bila u zatvorenim cipelama, potrebna posebna njega te je opisala na koji se način u Orgoni provodi tretman Sretna stopala: "Tretman započnemo s kupkom od kadulje koja je dobra za dezinfekciju, normalizira funkciju znojenja, omekšava kožu stopala, otklanja umor, bolove i natečenost stopala. Nakon kupke provodi se klasična pedikura pod kojom se podrazumijeva ručno otklanjanje zadebljale kože pomoću skalpela. Tretirani dio stopala umjesto s rašpom u Orgoni zagladujemo s aparatom freza koji se pokazao boljim od rašpi jer mu se mogu mijenjati i dezinficirati nastavci. Potom se na nokte i kožicu oko noktiju nanosi Dr.Hauschka ulje od neema koje omekšava i njeguje kožicu te potiču regeneraciju noktiju".

### Maska od gline za dubinsku čistoću

Sljedeći korak je uređivanje noktiju koje podrazumijeva skraćivanje noktiju i obradu zadebljale kožice, a ako je površina noktiju hrapava, izravna se s frezom. "Često se događa da zbog nošenja zatvorenih cipela i sintetičkih čarapa površina



arape

Evidencijski broj / Article ID: 9162649  
 Vrsta novine / Frequency: Povremena  
 Zemlja porijekla / Country of origin: Hrvatska  
 Rubrika / Section:

➤ nokta postane hrapava, a s frezom se taj nedostatak izvršno uklanja”, rekla je Marina Višnjić i nastavila: “Nakon uređivanja noktiju, na stopala se stavlja maska od gline koja dubinski čisti kožu, uklanja mrtve stanice i potiče obnavljanje tkiva. Zatim na stopala nanosimo hranjivu masku, masažom koja uključuje posebne pokrete koji stimuliraju rad limfe čime se potiče izbacivanje toksina iz organizma. Hranjiva maska koja 'oživljava' suhu kožu, intenzivno je njeguje i stvara zaštitni film, uklanja se vrlo ugodnim toplim kompresama natopljenim limunovom kupkom. Tople komprese potiču apsorpciju hranjivih sastojaka iz maske”.

#### Dr. Hauschka njega stopala

Tretman Sretna stopala završava još jednom masažom limfne stimulacije i nanošenjem Fitness balzama za stopala koji regenerira i štiti kožu. Tretman traje sat i pol, a Marina Višnjić istaknula je da se u cijelom tretmanu koriste proizvodi Dr. Hauschka koji su prirodnog podrijetla, nemaju

## 'Redovita higijena i njega najbolja su prevencija bolesti stopala'

**Dr. sc. Romana Čeović, specijalist dermatovenerologije s Klinike za kožne i spolne bolesti KBC-a Zagreb**

Dr. sc. Romana Čeović, specijalist dermatovenerologije s Klinike za kožne i spolne bolesti KBC-a Zagreb, objasnila je koja su najčešća oštećenja kože stopala kod zdravih ljudi: “Najčešće se zbog ponavljane mehaničkog pritiska javljaju kalus, odnosno žulj, i klavus, tj. kurije oko. Žuljevi najčešće nastaju zbog neprikladne obuće. Najprije se stvori vodeni mjehur koji se nakon kraćeg vremena osuši, a gornji sloj kože počinje zadebljavati. U liječenju žuljeva primjenjuju se keratoliti, no jednako je važno ukloniti uzrok njihova nastanka. To se postiže odabirom udobne obuće, a ljeta je za to idealno vrijeme za liječenje. Kod kurijeg oka njegov tvrdi vršak usmjeren je prema dermisu, srednjem sloju kože u kojem se nalaze živci, pa ako se pravodobno ne liječi, pritišće živac i može postati jako bolno. Kurije oči pojavljuju se u dva oblika. Tzv. meki klavusi javljaju se među prstima kao posljedica pojačanog pritiska na kožu i znojenja tog područja. Tvrdi oblici nala-



ze se na gornjim stranama prstiju ili na tabanima zbog pojačanog mehaničkog pritiskanja prilikom hodanja. U liječenju klavusa također se lokalno primjenjuju keratoliti, a dolazi u obzir i elektrokoagulacija ili ekzokoalekcija. Važno je otkloniti mehanički pritisak i korigirati statičke poremećaje. Najčešće zarazne bolesti stopala su virusne bradavice i gljivične infekcije stopala. Te bolesti najčešće se šire korištenjem zajedničkih higijenskih prostora, te na bazenima gdje ljudi hodaju bosu po vlažnim podovima. Gljivična infekcija očituje se crvenilom, svrbežom i pojačanim vlaženjem među prstima, a česte su i bakterijske superinfekcije. Ako se infekcija ne liječi, koža postaje odebljana, suha, ispucana, te se počinje ljuštiti. U liječenju se koriste antimikotična sredstva u obliku masti, kreme, spreja ili posipa. Lokalno se liječenje provodi u prosjeku dva do četiri tjedna, a lijek se primjenjuje dva puta na dan. Za preventivu infekcije potrebno je provoditi redovnu higijenu, iskuhavati odjeću te odabrati pravilnu obuću”.



**1.**  
FAZA

**KUPKA OD KADULJE** umanjuje umor i natečenost stopala, omekšava kožu, normalizira znojenje i dezinficira stopala



**2.**  
FAZA

**KLASIČNA PEDIKURA** nakon koje se na nokte i kožicu oko noktiju nanosi Dr. Hauschka ulje od neema



**3.**  
FAZA

**SKRAĆIVANJE NOKTIJU**, obrada zadebljale kožice i zaglađivanje površine nokta aparatom freza



**5.**  
FAZA

**HRANJIVA MASKA** hidratizira suhu kožu, intenzivno je njeguje i stvara zaštitni film, a nanosi se posebnim pokretima



**6.**  
FAZA

**TOPLE KOMPRESSE** natopljene limunovom kupkom potiču apsorpciju hranjivih sastojaka iz maske



### Tretman započinjemo kupkom od kadulje

koja je dobra  
za dezinfekciju,  
normalizira funkciju  
znojenja, omekšava  
kožu stopala,  
otklanja umor  
i natečenost  
stopala



**4.**  
FAZA

**MASKA OD GLINE**  
dubinski čisti kožu, uklanja  
mrtve stanice i potiče  
obnavljanje tkiva



**7.**  
FAZA

**TRETMAN ZAVRŠAVA**  
nanošenjem Fitness  
balzama za stopala

nikakvih mirisa, boja ni konzervansa. Također je istaknula da je zbog zdravstvenih i estetskih razloga stopala potrebno negovati tijekom cijele godine te je objasnila na koji način u Orgoni postupaju s klijentima koji imaju oboljenja na stopalima: "Klijentima koji imaju gljivična oboljenja savjetujemo da posjete liječnika jer je to medicinski, a ne kozmetički problem i potrebno ga je na taj način i tretirati.

Klijentima koji trpe zbog urastanja noktiju u meso pediker može pomoći, ali ako je problem ozbiljniji, onda je često potrebna kirurška intervencija i određena medicinska terapija". Marina Višnjić čitateljima Zdravog života savjetovala je da ako žele imati zdrava i sretna stopala na njih nanose hranjive maske i nose čarape od prirodnih vlakana.