

# Podologie Schweiz



4 | 2025

Offizielles Organ des Schweizerischen Podologen-Verbandes SPV



**Serie Orthopädie – Teil 2**  
Die Nieren – unsere  
lebenswichtigen Filterorgane

#wh\_schweiz



wh.com/de\_switzerland

W&H

# AKTIONS-ANGEBOT

Mit dem Frühling kommen die besten Angebote!

## Lisa Remote Plus ioDent<sup>®</sup>

- › Drehbarem Trayträger
- › 5 Aluminiumtrays
- › Ablassschlauch
- › Trayhalter
- › 8 GB USB-Stick
- › Türöffner
- › Werksprüfung

**Interesse an ein Rundum-Sorglospaket, mit einem Monatlichen Fixbetrag.**  
Kontaktieren Sie uns unter:  
**info@greco.swiss**

### Paket

0030-417 / 0030-240 / 19500102 / Lisa Remote Plus 17  
+ Multidem C27 + 1 x BePro Disinfectant Wipes

### PAKET

CHF 10'777 CHF 7'999



über  
**CHF 2'700**  
sparen



## Lina

Das Infektionsrisiko wird durch die Sterilisation aktiv minimiert! Denn es geht um die Sicherheit der Patienten, Mitarbeiter und um Ihre eigene Sicherheit.

- › Einfache Bedienung
- › Optimale Sterilisationsprogramme
- › Einzigartige Upgrades
- › Erweiterte Rückverfolgbarkeit

über  
**CHF 2'000**  
sparen



### Paket

Lina 17i Sterilisator + Multidem C27 + 1x BePro Wipes  
0030-617 / 0030-240 / 19500102

### PAKET

CHF 8'083 CHF 5'921

## Thed TT Thermodesinfektor

- › Zwei Waschebenen
- › Schnelle Zyklen mit hoher Reinigungsleistung
- › Aktive Lufttrocknung mit HEPA-Filter
- › Umfassende Anschlussmöglichkeiten Interne Positionierung der Prozesschemikalien
- › Einzigartiges Kartuschensystem (Tischgerät)
- › Modernes Design
- › Umfangreiche Zubehörauswahl
- › Benutzerfreundliches Interface

über  
**CHF 900**  
sparen



### Paket

Thed TT  
+ W&H Starterpaket  
+ BePro Starterset

### PAKET

CHF 9'147 CHF 8'232.3

**GRECO AG - SEIT 1987**  
**DANKE FÜRS VERTRAUEN**

 **greco**  **peditex**

# Im Dialog mit den Mitgliedern des SPV



Bei uns auf der Geschäftsstelle des Schweizerischen Podologen-Verbands SPV steht der Austausch an der Tagesordnung: Das Telefon klingelt, die E-Mails trudeln ein – und mittendrin bin ich, Ihre Ansprechpartnerin der Geschäftsstelle. Im Austausch mit Ihnen, liebe Mitglieder, aber auch mit Menschen, die eine Podologin oder einen Podologen suchen oder Fragen rund um die Fusspflege haben.

Seit Januar 2023 unterstütze ich den SPV als Assistentin. Manche Fragen sind alte Bekann-

te, andere bringen mich zum Schmunzeln, wieder andere regen zum Nachdenken an. Die Vielfalt der Anliegen ist gross, die Gespräche sind spannend, und kein Tag gleicht dem anderen.

Etwa die Hälfte der Anrufe kommt von Patientinnen und Patienten, die auf der Suche nach der passenden podologischen Behandlung sind. Mit gezielten Fragen versuchen wir herauszufinden, welche Unterstützung sie brauchen. Oft dreht sich das Gespräch auch um die Abrechnungsmöglichkeiten. In den meisten Fällen können wir dann entweder auf unsere Liste der Leistungserbringenden oder auf das Online-Tool «Podologiepraxen» verweisen.

Was mich besonders beeindruckt: Der Beruf der Podologin und des Podologen ist weit mehr als Fusspflege. Die Faszination für den Beruf liegt in der wichtigen Rolle, die

Podologinnen und Podologen für die Gesundheit und das Wohlbefinden der Patient:innen spielen. Sie lindern Schmerzen, fördern die Mobilität und verbessern damit die Lebensqualität vieler Menschen – das höre und spüre ich in vielen Gesprächen.

In den E-Mails von Podologinnen und Podologen begegnet mir immer wieder die Grussformel «Freundliche Füsse». Bis heute frage ich mich, ob dies ein Patzer der Autokorrektur oder eine bewusst kreative Wortwahl ist. Ich weiss es nicht – aber die Grussformel erheitert mich jedes Mal.

Ich freue mich, Sie begrüßen zu dürfen – und darauf, weiterhin für Sie da zu sein.

Alexandra Studer  
Assistentin, Schweizerischer Podologen-Verband SPV

## Impressum

4 | 2025, Mai 2025, 49. Jahrgang  
Erscheinungsweise: 10-mal jährlich  
Auflage: 1000 Exemplare  
Redaktionsschluss für 5 | 2025: 8. Mai 2025  
Inserateschluss für 5 | 2025: 27. Mai 2025  
Offizielles Organ des Schweizerischen Podologen-Verbandes SPV

### Fachredaktion

Yvonne Siegenthaler, Mitglied Zentralvorstand

### Verlag | Insetateverwaltung

Schweizerischer Podologen-Verband SPV | Bahnhofstrasse 7b | 6210 Sursee  
Tel. 041 926 07 61 | sekretariat@podologie.ch | www.podologie.swiss

### Redaktion | Layout

wamag | Walker Management AG | Bahnhofstrasse 7b | 6210 Sursee  
Tel. 041 926 07 70 | redaktion@podologie.ch

### Druck

Multicolor Print AG | Sihlbruggstrasse 105a | 6341 Baar

### Copyright

Die Rechte des Herausgebers und der Autoren bleiben vorbehalten. Eine allfällige Weiterverarbeitung, Wiederveröffentlichung oder Vervielfältigung zu gewerblichen Zwecken ohne vorherige ausdrückliche Zustimmung der Autorenschaft oder des Herausgebers ist nicht gestattet.

## Inhaltsverzeichnis

### Verband

Vertiefter Einblick ins Wundmanagement – Weiterbildungsveranstaltung der Regionalgruppe Zürich	4
Veranstaltungen und Termine 2025	5
Webinar Führungsstile	6
DV-Broschüre online verfügbar	7
Zum Gedenken an Rita Malgaroli 1939 – 2025	9

### Fachbericht

Serie Orthopädie: Höchste Präzision, Innovation und Ressourcenschonung, Teil 2	10
Die Nieren – unsere lebenswichtigen Filterorgane	14
Rheumatische Füsse entlasten: Was Einlagen und Spezialschuhe leisten können	18

### Weiterbildung

Schulung 2D-Fuss-Scanner (Rothballer/Bauerfeind)	19
--	----

# Vertiefter Einblick ins Wundmanagement – Weiterbildungsveranstaltung der Regionalgruppe Zürich

Andrea Laffusa, Vorstandsmitglied Regionalgruppe Zürich

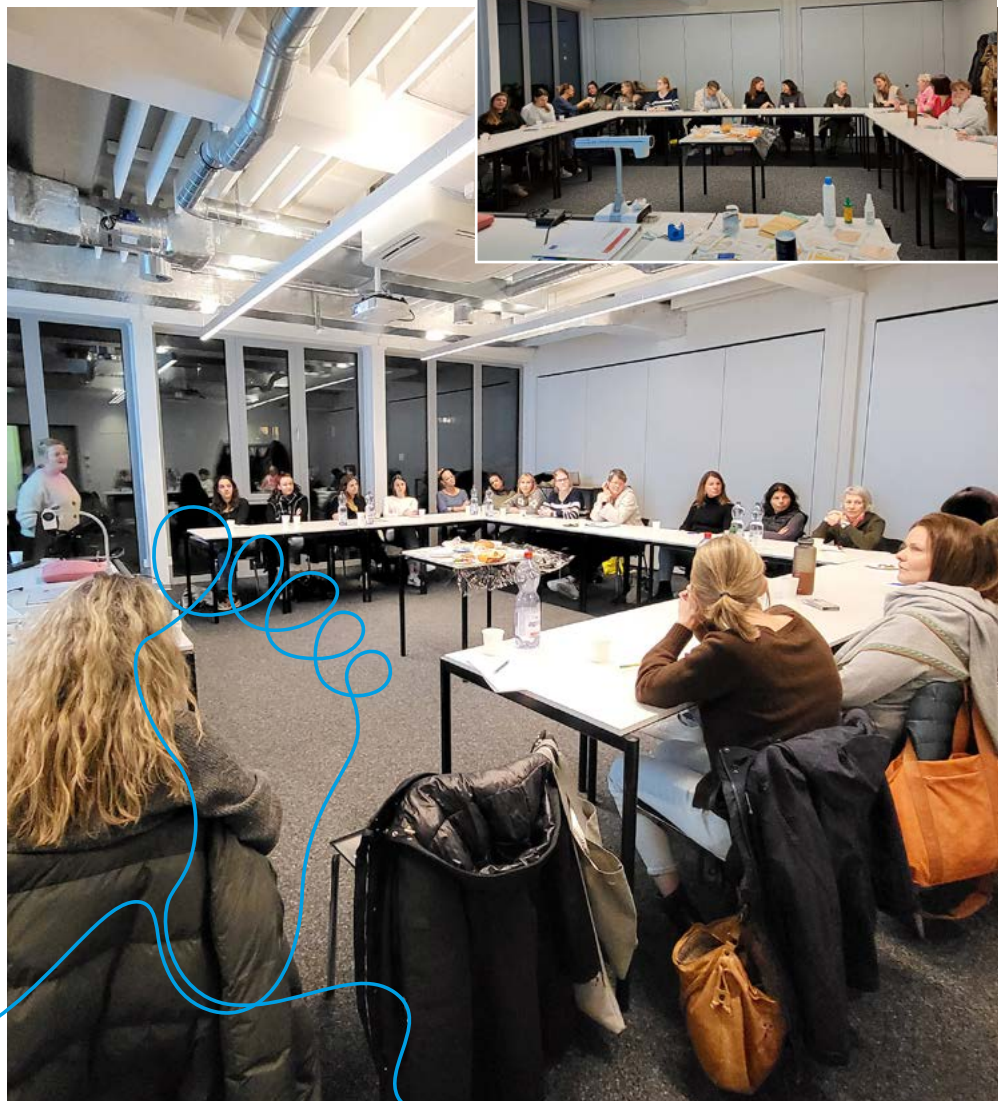
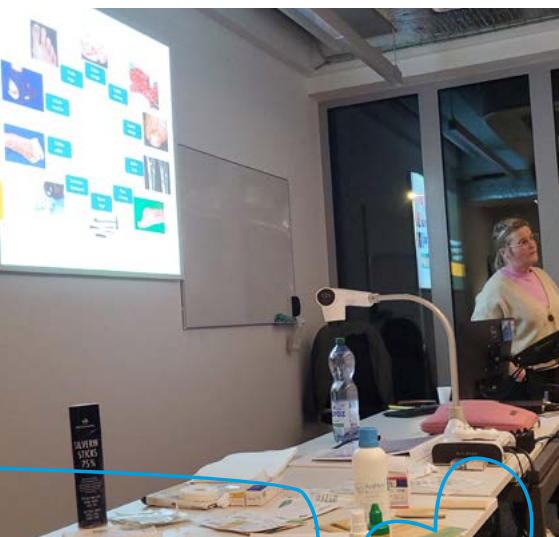
Am Freitag, 14. März 2025, trafen sich 20 Podologinnen in den Räumlichkeiten der Klubschule Migros Wetzikon zu einer informativen Veranstaltung der Regionalgruppe Zürich. Die Veranstaltung bot den Teilnehmenden die Möglichkeit, Einblicke in die Wundversorgung zu gewinnen und praxisnahe Kenntnisse zu erlangen.

Die Wundexpertin Claudia Wenk startete mit einem kurzen Refresher zum Diabetischen Fussyndrom. Die Anzahl Diabetiker:innen nimmt leider von Jahr zu Jahr stetig zu. Eine gute Aufklärung von Diabetiker:innen und natürlich auch anderer Risikopatient:innen ist extrem wichtig – gerade auch durch uns Podolog:innen. Komplikationen an den Füssen sollen damit wenn möglich verhindert werden. «Ich fühle ja nichts, also habe ich auch nichts an den Füssen.» Diesen Satz haben wir alle wahrscheinlich schon einmal gehört.

Anschliessend präsentierte Claudia Wenk verschiedene Wunden an den Füssen und die entsprechenden Behandlungsmethoden. Den Fokus legte sie auf die richtige Wundversorgung und die Auswahl geeigneter Produkte, etwa Betadina Puderspray bei Hypergranulationsgewebe oder medizinische Lammwolle bei Druckstellen oder Feuchtigkeit interdigital. Mit diesen Ausführungen

vermittelte sie den Teilnehmenden wertvolle Erkenntnisse für ihre eigene Praxis. Sie betonte daneben die Wichtigkeit der multiprofessionellen Zusammenarbeit: Zusammen kommt man schneller ans Ziel, zum Wohle der Patient:innen. Mit ihrer praxisorientierten Herangehensweise machte Claudia Wenk die Informationen lebendig und nachvollziehbar. Die Veranstaltung förderte zudem lebhaft

Diskussionen, in denen die Teilnehmenden ihre eigenen Erfahrungen und Fragen einbrachten. Der Austausch zwischen Claudia Wenk und den Anwesenden sorgte für eine dynamische Atmosphäre, die das Lernen zusätzlich bereicherte. Insgesamt war die Infoveranstaltung ein Erfolg, der nicht nur Wissen vermittelte, sondern auch den Austausch innerhalb der Regionalgruppe Zürich stärkte.



# Veranstaltungen und Termine 2025

Stand vom 05.05.2025, Terminänderungen vorbehalten.

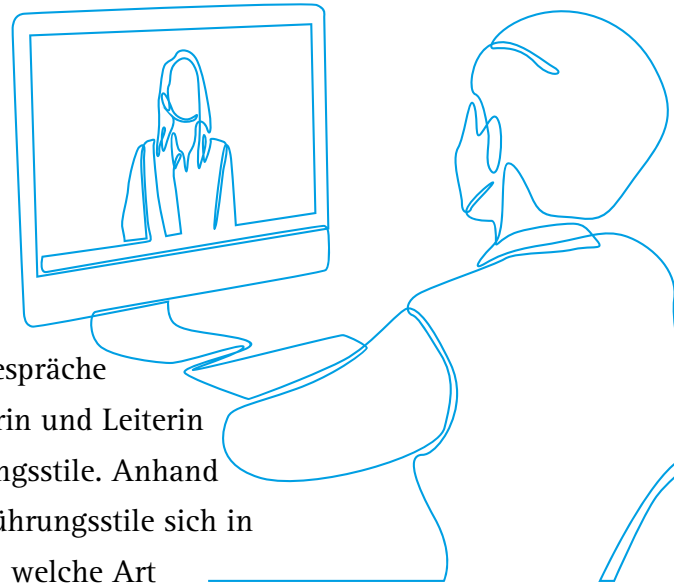
Anlass/Veranstalter	Datum/Zeit	Thema	Ort
Delegiertenversammlung	16.05.2025		Aarau
Sitzungen des Zentralvorstandes	16.05.2025, 09.00 Uhr	(vor DV)	Aarau
	23.09.2025, 13.00 Uhr		Zofingen
	11.12.2025, 13.00 Uhr	(anschliessend Weihnachtsessen)	Sursee
Verbandskonferenz	25.11.2025, 14.00 – 18.00 Uhr		Zofingen
Sitzung Aufsichtskommission ÜK	23.09.2025, 17.00 – 18.00 Uhr		Zofingen
Sitzung Kommission Berufsentwicklung & Qualität EFZ	29.10.2025, 09.00 – 11.00 Uhr		Zofingen
Sitzung Kurskommission ÜK	25.11.2025, 18.00 Uhr		Zofingen
Sitzung Kommission QV	25.08.2025, 17.30 – 21.00 Uhr		Zofingen
Berufsbildner:innen-Treff	23.09.2025, 18.00 – 19.00 Uhr		Zofingen
Bildungskonferenz	24.10.2025, 13.30 – 16.00 Uhr		Luzern
ÜK-Referent:innenschulung	03.06.2025, 09.00 – 17.15 Uhr		Zofingen
Überbetriebliche Kurse ÜK	Siehe Grafik zur ÜK-Planungsübersicht 2021-2028 unter podologie.swiss, Rubrik Ausbildung/Grundbildung		
Qualifikationsverfahren EFZ	26.05.2025	Prüfung Allgemeinbildung	Zofingen
	28.05.2025	Prüfung Berufskennnisse	Zofingen
	02.07.2025, 18.30 Uhr	Abschluss-Feier	Zofingen
	03.07.2025, 09.00 – 11.00 Uhr	Akteneinsicht	Sursee
15. Jahreskongress	22.11.2025, 08.30 Uhr		Baden
Weiterbildungen des SPV	26.05.2025, 17.00 – 20.00 Uhr	Hypnose in der Medizin	Zofingen
	14.06.2025, 09.00 – 12.00 Uhr	Diabetes mellitus – ein Update zu Neuem und Bewährtem	Zofingen
	23.08.2025, 09.00 – 12.00 Uhr	Schulung 2D-Fuss-Scanner	Zofingen
	20.09.2025, 08.30 – 17.00 Uhr	Outdoor-Event für aktive Mitglieder	Affoltern i.E.
	11.10.2025, 09.00 – 12.00 Uhr	Hygiene und Sterilisation in der Podologiepraxis	Zofingen
	08.11.2025, 09.00 – 12.00 Uhr	Druckentlastung bei Fussulzerationen mit der Filztechnik	Zofingen
Regionalgruppe Aargau-Solothurn *	05.09.2025, 18.30 Uhr	Podo Fun Apéro & Bowling	Trimbach
	06.12.2025	Fachvortrag «Fuss-Gymnastik»	Rheinfelden
Regionalgruppe Basel *	20.06.2025, 19.00 Uhr	Stammtisch, Restaurant Pisco	Muttenz
	20.09.2025	Geselligkeitsanlass	
	14.10.2025, 19.00 Uhr	Stammtisch, Restaurant Pisco	Muttenz
	05.12.2025, 19.00 Uhr	Chlausehock, Ad Pedes Podologie	Arlesheim
Regionalgruppe Bern *	18.06.2025, 18.30 Uhr	Praxisabend, Welle 7	Bern
	22.08.2025, 18.00 Uhr	Sommeranlass im Rosengarten	Bern
	07.11.2025, 18.00 Uhr	Chlousehöck	
Regionalgruppe Ostschweiz *	26.06.2025, 18.00 Uhr	Praxisabend, Restaurant Post	Eschlikon
	29.08.2025	Regionalgruppenausflug	
	30.10.2025, 18.00 Uhr	Praxisabend, Restaurant Post	Eschlikon
	05.12.2025, 18.00 Uhr	Chlausehöck, Restaurant Post	Eschlikon
Regionalgruppe Zürich *	18.09.2025	After Hour (gemütliches Beisammensein)	
	14.11.2025	Weihnachtsanlass	
Regionalgruppe Zentralschweiz *	30.08.2025, 10.00 – 12.00 Uhr	Fortbildung «Stress und Erschöpfung aus Sicht der funktionellen Medizin»	Sarnen
	28.11.2025, 18.00 Uhr	Fondue-Plausch, Landgasthof Schlüssel	Alpnach
	27.02.2026	Regionalgruppenversammlung	Altendorf

\*Sobald weitere Daten oder Aktualisierungen der Regionalgruppenanlässe definitiv bestätigt sind, werden diese auf der Website aufgeschaltet.

# Webinar Führungsstile

Yvonne Siegenthaler, Mitglied Zentralvorstand/Fachredaktion

Am Montag, 24. März 2025, fand das zweite Webinar des SPV in diesem Jahr statt. Nachdem die Teilnehmenden im Januar wertvolle Impulse zum Thema Mitarbeitendengespräche erhalten hatten, widmete sich Nina Hänslı, Geschäftsführerin und Leiterin Beratung bei wamag, an diesem Abend dem Thema Führungsstile. Anhand praxisnaher Beispiele lernten die Zuhörer:innen, welche Führungsstile sich in unterschiedlichen Situationen bewähren, und reflektierten, welche Art der Führung zur jeweiligen Persönlichkeit passt.



Nina Hänslı begrüsst die Anwesenden, wovon die meisten bereits am ersten Webinar teilgenommen hatten, und informierte über den Ablauf des erneut zweistündigen Seminars. Sie hat vor einigen Jahren einen Executive Master in Business Engineering abgeschlossen, wobei das Thema Leadership einen grossen Anteil des Studiengangs ausmachte. Es ging dabei vor allem auch darum, wie geführt wird, wenn Veränderungen anstehen, und wie diese dann gemeinsam mit den Mitarbeitenden umgesetzt werden. Bezüglich Führung bezeichnete sie Integrität, Transparenz und Resilienz als ihre persönlichen Werte. Um den Zuhörenden einen Einblick in dieses spannende Thema zu ermöglichen, ging sie daraufhin näher auf Führungsmodelle, Führungsstile und die Führungspersönlichkeit ein.

## Führungsmodelle

«Führung ist die Fähigkeit, Visionen in die Realität zu übersetzen», zitierte Nina Hänslı und präziserte, dass dies für sie eine sehr gute Definition von Führung sei, wobei es einerseits um eine Fähigkeit gehe, die man besitze oder erlernen und ausbauen könne. Andererseits sollten Visionen und ein Weitblick vorhanden sein und der Weg aufgezeigt werden können, wie man dorthin kommt. Früher war es so, dass eine Führungsperson delegierte und die Mitarbeitenden ausführten. Heute gehen Führende im Sinne von Leadership selbst mit gutem Beispiel voran und ziehen entsprechend mit. Die aus dem 19. Jahrhundert bekannte «Great Man Theory» besagt, dass grosse und mächtige Führungspersönlichkeiten bereits mit besonderen Ei-

genschaften wie Intelligenz, Extrovertiertheit, Wortgewandtheit, Grösse und anderen Eigenschaften wie Energie, Motivation, Durchsetzungsvermögen etc. geboren werden und sie sich diese nicht aneignen können. In der Forschung und Literatur gilt dies als einer der ältesten Ansätze, wobei sich die Frage stellt, ob diese Eigenschaften tatsächlich angeboren sind. Daraus entwickelte sich die Eigenschaftstheorie, wobei auch hier davon ausgegangen wird, dass Führende grundsätzlich gewisse Charaktermerkmale besitzen, die sie in die Lage versetzen, Einfluss auf Menschen zu nehmen. Wissenschaftliche Studien im früheren 20. Jahrhundert fokussierten sich dabei auf die Charaktereigenschaften von grossen Führungspersönlichkeiten. Seit 2004 gilt diese Theorie als veraltet. In einer erneuten Studie wurde festgestellt, dass es unmöglich ist, eine endgültige Liste mit Eigenschaften zu erstellen, die wirklich in allen Situationen förderlich für den Führungserfolg sind. Vielmehr kommt es auf die Führungssituation an und inwiefern die vorhandenen Eigenschaften dazu passen bzw. angewandt werden können.

## Führungsstile

Im Grossen und Ganzen gibt es drei Stile, mit verschiedenen Differenzierungen:

- Einen autoritären Führungsstil, wobei Führungskräfte Anweisungen geben, Gehorsam fordern und Fehler «bestrafen», was dazu führen kann, dass sich Mitarbeitende feindselig oder teilnahmslos verhalten.
- Als Gegenpol dazu den Stil «Laissez-Faire»: Mitarbeitende bestimmen die Organisation ihrer Aufgaben selbst und Vorgesetzte

greifen nicht in das Geschehen ein, was zu schlechten Arbeitsleitungen führen kann.

- Als dritten den partizipativen, demokratischen Stil: Hier werden die Mitarbeitenden ins Betriebsgeschehen miteinbezogen und übernehmen Verantwortung. Bei Fehlern wird ihnen geholfen und sie werden unterstützt, was heute am zeitgemässesten ist und dazu führt, dass Mitarbeitende ein freundliches und aufgabenorientiertes Verhalten zeigen, was jedoch eine gewisse Kompetenz voraussetzt.

Nina Hänslı ging fortan ausführlich auf die verschiedenen Stile und deren Bedeutung ein und zeigte anhand von Beispielen die Vor- und Nachteile auf. Je nach Reifegrad der jeweiligen Mitarbeitenden empfiehlt sich ein beziehungsorientierter, aufgabenbezogener Führungsstil bzw. ein situatives Führen. Das heisst, dass ein einziger Führungsstil nicht einem ganzen Team gerecht werden kann, sondern, dass jede einzelne Person nach ihren persönlichen Bedürfnissen und Anforderungen geführt werden muss.

In einem zehnminütigen Gruppenaustausch wurden daraufhin die Fragen diskutiert, welche Konsequenzen es für Mitarbeitende und Führungspersonen hat, wenn Reifegrad und Führungsstil nicht übereinstimmen, und welcher situative Führungsstil bei wem angebracht ist. Daraufhin sprach Nina Hänslı über die Servant-Leadership-Philosophie, welche die Arbeit der Führungskraft als Dienst am Mitarbeitenden beschreibt, mit dem Ziel, dass eine funktionierende Selbstorganisation der Teams erreicht wird, womit die Mit-

arbeitenden nicht auf Anweisungen agieren, sondern Eigeninitiative zeigen und ihre Aufgaben selbstverantwortlich erledigen. Die Aufgabe von Vorgesetzten besteht darin, Hemmnisse und Störfaktoren aus dem Weg zu räumen und für Mitarbeitende da zu sein. Dieses Prinzip hat mit flacheren Hierarchien, agilem Management, Selbstbestimmung und -verwirklichung von Mitarbeitenden an Wichtigkeit gewonnen.

Als einen weiteren Stil bezeichnet Nina Hänkli die authentische Führung. Authentische Führungspersonen zeigen ihr wahres Selbst und verhalten sich übereinstimmend mit ihren Werten und Überzeugungen. Wichtige Merkmale sind hier Selbstdisziplin vorzuleben, solide Werte zu praktizieren, gute Beziehungen herzustellen, Zwecke zu verstehen und mit Herz zu führen. In der heutigen Zeit darf bei einem Überblick von Führungsstilen auch die agile Führung nicht fehlen. Sie zeichnet sich unter anderem durch ein schnelleres Tempo, Kollaboration, Fehlerkultur, Vertrauen, Kollegialität, Nähe und Mut aus. Im Trend ist zudem aktuell die Führung 5.0. Hier sind trotz zunehmender Einflüsse von Technologie und KI die Zentrierung von Menschen, Agilität, Flexibilität, Nachhaltigkeit, Verantwortung etc. massgebend.

### Führungspersönlichkeit

Emotionale Intelligenz ist für Führungspersonen unabdingbar. Es ist wichtig, eigene Stärken und Schwächen wertzuschätzen und zu erkennen: die Fähigkeit zu haben, spontane Impulse zu kontrollieren und zu lenken, Verständnis für Bedürfnisse und Gefühle anderer zu haben, anpassungsfähig und glaubwürdig zu sein, Überzeugungskraft zu gewinnen und Einfluss zu besitzen. Für Führungspersonen ist es zudem wichtig, mit gutem Beispiel voranzugehen, motivierende, inspirierende und sinnvolle Zukunftsvisionen zu erschaffen, Prozesse zu meistern und zu hinterfragen, andere zum Handeln zu befähigen und einen herzlichen Umgang zu pflegen.

Im weiteren ging Nina Hänkli auf acht Schlüsselverantwortlichkeiten einer Führungspersönlichkeit sowie auf fünf jeweilige Rollen ein. Anhand eines Leadership Mindsets wies sie auf Themen wie Selbstwahrnehmung, Verantwortungsbewusstsein oder Lernbereitschaft hin, ganz speziell auch in Podologiepraxen. Weiter thematisierte sie die wichtigsten Führungsaufgaben, so zum Beispiel, Mitarbeitende zu fördern, zu motivieren, den Teamzusammenhalt zu stärken, den Informationsfluss zu managen, Probleme zu er-

kennen sowie Prozesse zu gestalten und zu optimieren. Sie erklärte zudem, dass es kein festgelegtes Set an Führungskompetenzen gebe. Jede Führungskraft sollte jedoch über eine Auswahl an Kompetenzen folgender vier Kategorien verfügen: Fachkompetenz, Methodenkompetenz, Selbstkompetenz und Sozialkompetenz. Nur Führungskräfte, die über Kompetenzen in allen diesen Bereichen verfügen, haben eine Handlungskompetenz, die sie für ihre Aufgaben befähigen.

In einer weiteren Breakout-Session wurden die Teilnehmenden wiederum in verschiedene «Breakout-Räume» aufgeteilt. Dabei tauschten sie sich über einen Weg zu einem authentischen Führungsstil aus. Was sind dabei die wichtigsten Werte und welche Farbe reflektieren diese? Was sind No-Gos oder welche Führungsstile fallen leicht oder eher schwer? Zum Schluss gab Nina Hänkli den Anwesenden mit auf den Weg, dass die Kunst einer erfolgreichen Führung darin besteht, sich den Spannungsfeldern bewusst zu sein, diese zu erkennen und sie proaktiv zu managen. Führung ist aus ihrer Sicht lernbar und nicht angeboren.

## DV-Broschüre online verfügbar

Die Broschüre der 96. Delegiertenversammlung des Schweizerischen Podologen-Verbandes SPV vom 16. Mai 2025 in Aarau finden Sie auf der Website im internen Mitgliederbereich. Die Broschüre wird ausschliesslich in digitaler Form zur Verfügung gestellt.

**Wir wünschen den Delegierten und Gästen eine erfolgreiche Delegiertenversammlung.**



# Ein Fruchtcocktail für den Barfuss-Moment, ohne Kalorien aber mit maximaler Wirkung

Simon Keller AG

**Fusspflege war früher vor allem eins: fettig. Grosszügig aufgetragen, gut eingeschmiert. Je dicker die Creme, desto besser, so die Devise. Heute setzen wir auf leichtere Texturen mit effektiven Wirkstoffen, die Pflege und Frische verbinden. Besonders wenn die Tage wieder länger und wärmer werden.**

Der Frühling ist die optimale Zeit, um deinen Füessen eine kleine Detox- und Pflegeroutine zu schenken. Statt schwerer Texturen setzt moderne Pflege auf eine leichtere Rezeptur mit gezielten Wirkstoffen. In der SatisFeet Fusslotion LIPID kombinieren wir die Kraft der Papaya-Frucht, ihre wertvollen Lipide und die regenerierenden Eigenschaften von Apfelstammzellen. Das Ergebnis ist ein innovativer Pflegecocktail, der trockene Haut intensiv durchfeuchtet, die natürliche Hautbarriere stärkt, Hornhautbildung vorbeugt und sogar bei Fussgeruch und Fusspilz unterstützt.

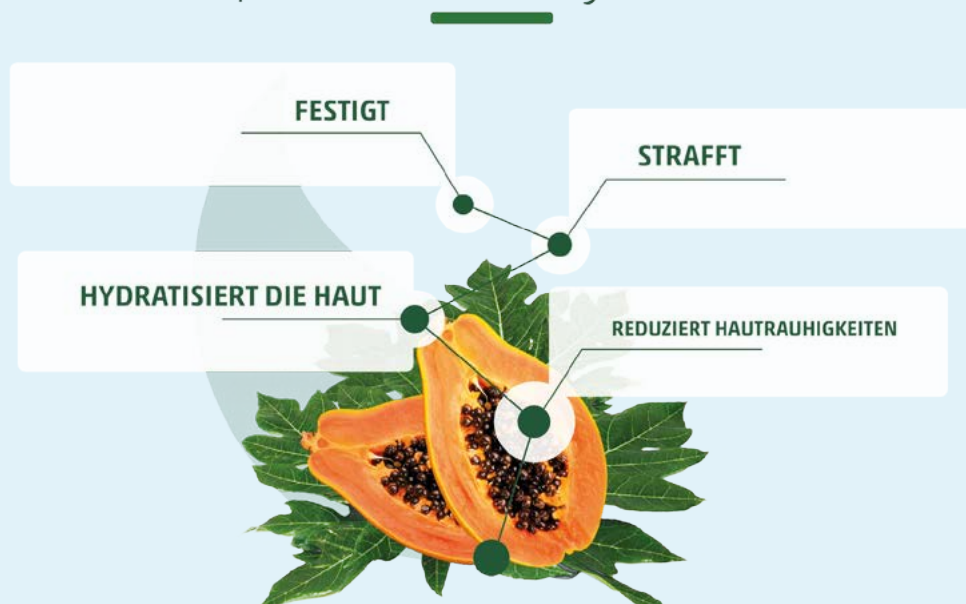
## Apfelstammzellen – Regeneration mit Schweizer Ursprung

Für die Regeneration sorgt ein besonderer Inhaltsstoff: Die Apfelstammzellen aus dem seltenen Uttwiler Spätlauber, einer alten Schweizer Apfelsorte. Die pflanzlichen Zellen fördern die Zellerneuerung, wirken schützend gegen frühzeitige Hautalterung und unterstützen die Haut dabei, sich selbst zu regenerieren.

## Papaya Fruchtkomplex – das sanfte Peeling-Wunder

Die Papaya ist nicht nur auf dem Frühstücksteller ein Exot mit Charme, sondern überzeugt auch in der Fusspflege! Ihr Enzym Papain entfernt abgestorbene Hautzellen schonend und ohne mechanische Reize. Ergänzt wird diese Wirkung durch das Papayaöl, das aus den Kernen der Frucht gewonnen wird: Es liefert hochwertige Lipide, die die Haut intensiv nähren und gleichzeitig eine leichte, peelende Wirkung haben.

## Papaya Frucht-Feuchtigkeitskomplex



**Für Füsse, die auch nach einem langen Tag noch frisch, vital und gepflegt wirken.**

[www.satisfeet.ch](http://www.satisfeet.ch)



# Zum Gedenken an Rita Malgaroli 1939 – 2025

Mit aufrichtiger Anteilnahme nehmen wir Abschied von unserer sehr geschätzten Berufskollegin und Wegbereiterin. Podologie war ihre Passion – im Juni dieses Jahres hätte sie ihr 60-jähriges Geschäftsjubiläum feiern können, 65 Jahre lang war sie Mitglied in unserem Berufsverband.

Yvonne Siegenthaler, Mitglied Zentralvorstand/Fachredaktion

Rita Frieda Malgaroli, ledig Brunner, wurde am 27. Mai 1939 in Zürich geboren. Sie wuchs im Quartier Oberstrass in Zürich auf, wo sie ihre Schul- und Jugendzeit verbrachte. Ihre erste Lehre als Kosmetikerin schloss Rita 1958 ab. Sie verfügte über eine ausgeprägte Handfertigkeit, was sie ermutigte, unmittelbar danach die zweijährige Lehre zur Podologin bei der renommierten Podologie Karl Grieder in Zürich zu absolvieren. Diese bestand sie mit Bravour. Ab 1960 arbeitete sie im Fusspflege-Institut Scholl, damals führend in Zürich. Nach ihrer Hochzeit, der Geburt des Sohnes Mario und der Tochter Manuela, eröffnete sie Anfang Juni 1965 ihre eigene Podologiepraxis in Schwamendingen. Dank ihrer Tüchtigkeit und der grossen Freude an ihrem Beruf vergrösserte sich ihre Kundschaft im Laufe der Zeit immer mehr, was für sie eine grosse Befriedigung war und die Qualität ihrer Arbeit bestätigte.

Leider verlor sie nach einigen Jahren Selbstständigkeit durch eine schwere Krankheit das Augenlicht auf dem rechten Auge, was für einige Zeit die Existenz ihrer Praxis in Frage stellte. Sie lernte jedoch schnell, mit dieser Einschränkung umzugehen und konnte ihr Lebenswerk glücklicherweise fortführen. Sie engagierte sich zudem zwölf Jahre lang als Mitglied des Vorstandes der damaligen Sektion Zürich, unter der Präsidentschaft des SPV von Elisabeth Dossenbach und blieb dem SPV bis an ihr Lebensende treu. Nach der Geburt ihrer vier Enkelkinder

versuchte sie, trotz unermüdlichem Einsatz für ihre Praxis, sich stets Zeit für ihre kleinen Lieblinge zu nehmen. Sie freute sich immer über ihre Besuche und übernahm, wenn sich die Gelegenheit bot, gern die Kinderbetreuung.

Mit der Wahl ihres Berufes setzte Rita den Grundstein einer eigentlichen «Malgaroli Podologie-Orthopädie»-Dynastie. Ihre Tochter Manuela ergriff denselben Beruf, arbeitete einige Jahre selbstständig in Gesundheitszentren und trat später in das Geschäft ihrer Mutter ein.

Ihr Sohn Mario liess sich zuerst im Orthopädie- und Biomechanikbereich und danach ebenfalls zum Podologen ausbilden, woraufhin er mehrere Orthopädie- und Podologiepraxen gründete. Inzwischen arbeitet die dritte Generation «Malgaroli» daran, auf ähnlichen Pfaden weiterzugehen.

Rita arbeitete bis kurz vor ihrem Tod beinahe 65 Jahre unentwegt in ihrem Beruf. Sie war salopp ausgedrückt eine Podologie-Chrampferin. Leider durfte sie ihren 86. Geburtstag am 27.

Mai nicht mehr erleben und es war ihr nicht mehr vergönnt, das 60-jährige Firmenjubiläum – am 2. Juni 2025 – gemeinsam mit ihren Lieben zu feiern. Mit ihr geht nicht nur eine bemerkenswerte Berufsfrau, sondern auch eine wertvolle Zeitzeugin der Schwamendinger Ortsgeschichte. Durch den



engen Kontakt mit ihren Patient:innen war sie stets bestens darüber informiert, was die Menschen im Ort gerade bewegte und was für Gesprächsstoff sorgte.

Am 8. April 2025 hörte ihr Herz auf zu schlagen und sie schloss für immer ihre Augen. Wir verlieren mit ihr eine bis zum Schluss leidenschaftliche Podologin, die ihr gesamtes Leben dem Wohlergehen und der Gesundheit ihrer Kundschaft und ihrer Familie gewidmet hat. «Erfüllt und tätig war dein Leben, treu und fleissig deine Hand, Ruh hat Gott dir gegeben, die du selbst nie hast gekannt.» Mit diesem Zitat aus der Todesanzeige nehmen wir Abschied, wissend, dass sie ihre letzte Reise erlöst antreten konnte.



# Höchste Präzision, Innovation und Ressourcenschonung

Yvonne Siegenthaler, Mitglied Zentralvorstand/Fachredaktion



In der letzten Ausgabe dieser Fachzeitschrift habe ich über den Ablauf und Behandlungsvorgang in der Orthopädie berichtet. In diesem zweiten Teil durfte ich den Fachpersonen im Orthopädiefachgeschäft erneut über die Schultern blicken und erhielt dabei einen spannenden Einblick in die 3D-Druck-Technologie und eine angemessene Schuhberatung.

Mit orthopädischen Schuheinlagen können Fehlstellungen der Füße wirksam korrigiert werden. Sie werden von Orthopädienschuhmacher:innen oder Orthopädietechniker:innen individuell an die jeweilige Fussform angepasst. Bei der Herstellung von Einlagen haben sich in den letzten Jahren massgebliche Neuerungen und Verbesserungen ergeben. Früher war die Herstellung von Schuheinlagen mit unterschiedlichen Härtegraden nur durch aufwändiges Fräsverfahren und das manuelle Anbringen sogenannter Intarsien möglich. Heute profitie-

ren Menschen im Alltag und im Sport von individuell designten und gedruckten Schuheinlagen, bei denen die auf den Fuss einwirkenden Kräfte berücksichtigt werden können. Dadurch wird eine optimale Fussgesundheit unterstützt – besonders auch für Diabetiker:innen bieten solche Schuheinlagen entscheidende Vorteile.

### 3D-Druck-Technologie für höchste Qualität und Präzision

Die Einführung der 3D-Druck-Technologie hat die Produktion orthopädischer Einlagen

grundlegend verändert – und zahlreiche Vorteile für die Herstellenden, die Patientinnen und Patienten sowie die Umwelt geschaffen. Alle Arbeitsschritte von der Messung bis zur Fertigung erfolgen vollständig digital. Der 3D-Druck ermöglicht eine hochpräzise, reproduzierbare und qualitativ hochwertige Herstellung.

Die Produktion ist leise, staubfrei und kann direkt vor Ort erfolgen. Im Vergleich zu herkömmlichen Fräsverfahren reduziert sich der



Schuheinlagen aus dem Multi-Material-3D-Drucker  
Bild: Orthopodo Malgaroli

Materialabfall um über 90 %. Durch die Kombination geeigneter Software und innovativer Materialien können komplexe Anforderungen flexibel und schnell umgesetzt werden. So entstehen massgefertigte Einlagen, die perfekt auf die jeweiligen Bedürfnisse abgestimmt sind.

Je nach Fussform und Einsatzgebiet werden spezifische, hochwertige Materialien verwendet, die Komfort, Hygiene und Nachhaltigkeit vereinen. Flexible, langlebige Filamente fördern die Luftzirkulation, sind hautfreundlich und praktisch. Zudem werden in der Schweiz neuartige Filamente entwickelt, die unterschiedliche Festigkeiten sowie antibakterielle Eigenschaften bieten und höchsten Nachhaltigkeitsansprüchen genügen.

Mit diesem Verfahren können präzise Passformen und eine hohe Reproduzierbarkeit garantiert werden. Auch komplexeste Formen lassen sich mühelos umsetzen. 3D-gedruckte Einlagen überzeugen durch ihr geringes Gewicht, ihre Formstabilität und Langlebigkeit. Dank moderner Multi-Material-3D-Drucker werden unterschiedliche Härtegrade nahtlos kombiniert. Die flexiblen Materialien sorgen dafür, dass die Einlagen sich optimal an den Fuss anpassen und in verschiedenen Schuhmodellen getragen werden können. Die digita-

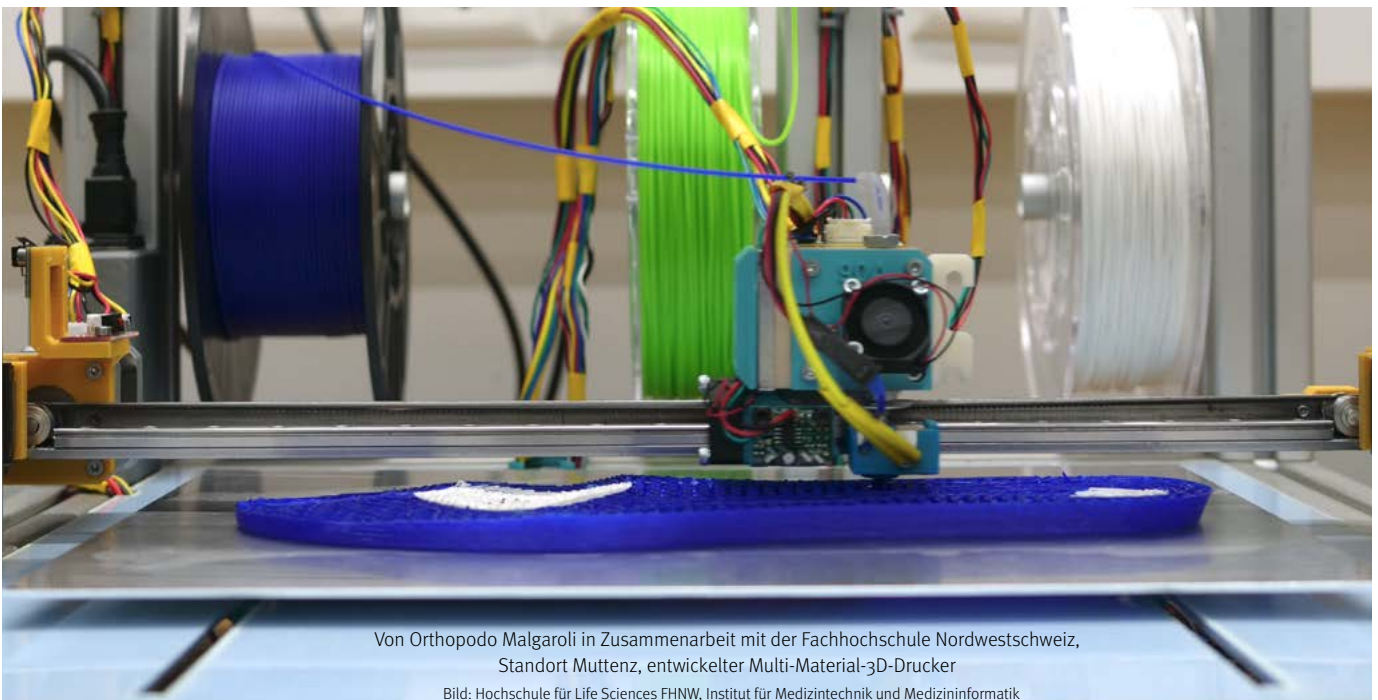
**«Insbesondere für Menschen mit Diabetes oder bei Problematiken wie Fersenschmerzen sind 3D-gedruckte Einlagen von grosser Bedeutung.»**

le Fertigung ermöglicht eine effiziente Produktion von A bis Z.

Insbesondere für Menschen mit Diabetes oder bei Problematiken wie Fersenschmerzen sind 3D-gedruckte Einlagen von grosser Bedeutung. Beim diabetischen Fussyndrom müssen Fussläsionen jeglicher Art konsequent vermieden werden. Nur individuell angepasste Einlagen und Schuhe, die Druckstellen verhindern und Belastungen reduzieren, erfüllen diese Anforderungen. Zentral für die korrekte Anpassung ist die Ganganalyse: Anhand von Parametern wie Druck, Kraft und Belastungszeit werden gefährdete Stellen am Fuss identifiziert. Diese Daten fliessen direkt in die Gestaltung der orthopädischen Hilfsmittel ein.

**Passende Schuhe in der richtigen Grösse**

Schuhe sind weit mehr als nur eine Fussbekleidung. Sie haben sich im Laufe der Geschichte kontinuierlich weiterentwickelt. Moderne Technologien ermöglichen heute Hightech-



Von Orthopodo Malgaroli in Zusammenarbeit mit der Fachhochschule Nordwestschweiz, Standort Muttenz, entwickelter Multi-Material-3D-Drucker

Bild: Hochschule für Life Sciences FHNW, Institut für Medizintechnik und Medizininformatik



Bild: Orthopodo Malgaroli

## Kurzinterview

**Sylvie Wirth**, MSc ETH Medical Technology **Medizintechnikerin und Bewegungswissenschaftlerin bei Orthopodo Malgaroli**, hat uns folgende Fragen zum 3D-Druck und den damit hergestellten Einlagen beantwortet.

### Womit werden 3D-gedruckte Einlagen hergestellt, welche Geräte und Maschinen braucht es dazu?

Unsere 3D-gedruckten Einlagen bestehen aus thermoplastischen Kunststoffen, die im Verfahren «Fused Deposition Modeling» verarbeitet werden. Dabei wird der Kunststoff durch Erhitzen verflüssigt und anschliessend Schicht für Schicht über eine Düse in präzisen Bahnen aufgetragen. Da dieser Prozess sehr genau, leise und nahezu staubfrei ist, ist dafür keine klassische Werkstatt erforderlich. Im Gegenteil: Die Einlagen können direkt vor den Augen der Kundinnen und Kunden gefertigt werden.

### Woher stammen die Geräte und das Know-how dazu?

Bei Orthopodo Malgaroli entwickeln, testen und optimieren wir kontinuierlich neue 3D-Drucker, Materialien und Fertigungsprozesse. Unseren Multi-Material-Drucker haben wir in Zusammenarbeit mit der Fachhochschule Nordwestschweiz (FHNW) Muttenz im Rahmen eines vom Forschungsfonds Aargau geförderten Projekts selbst entwickelt. Daraus entstand eine enge Partnerschaft mit der FHNW, die heute weit über dieses erste Projekt hinausgeht. Die Optimierung unserer Verfahren erfordert ein multidisziplinäres Team aus Medizintechniker:innen, Medizininformatiker:innen, Ingenieur:innen und Orthopädienschuhmacher:innen.

### Was genau sind diese Filamente, die zur Herstellung verwendet werden?

Filamente sind thermoplastische Kunststoffe, die in Form dünner Fäden auf Spulen gewickelt sind. Bei ihrer Herstellung werden verschiedene Rohstoffe und Additive beige-mischt, um gezielte Eigenschaften wie Farbe, Festigkeit, Flexibilität oder antibakterielle Wirkung zu erzielen. Wir arbeiten mit einem Schweizer Filament-Hersteller zusammen, wodurch wir die Materialien präzise auf unsere Anforderungen abstimmen können.

### Wie lange dauert die Herstellung von 3D-gedruckten Einlagen?

Die Druckzeit hängt vom Material und der Komplexität der Einlage ab. In der Regel dauert die Herstellung etwa eine Stunde, abhängig von der Schuhgrösse etwas kürzer oder länger. Im Vergleich zu anderen Verfahren bietet der 3D-Druck den Vorteil einer einfachen Bedienung und eines minimalen Nachbearbeitungsaufwands.

Schuhe mit Dämpfung, atmungsaktiven Materialien und ergonomischem Design. Nachhaltigkeit und Umweltbewusstsein spielen dabei eine zunehmend wichtige Rolle: recyclebare Materialien, umweltfreundliche Herstellungsverfahren und ethische Produktionsbedingungen gewinnen an Bedeutung.

Passende Schuhe sind essenziell für Komfort, Stabilität und Performance. Erfahrungsgemäss tragen jedoch zwei Drittel aller Menschen unbewusst schlecht sitzende oder zu kleine Schuhe – mit weitreichenden Folgen: Fehlstellungen, Gelenk-, Fuss- und Rückenschmerzen können sich daraus ergeben.

Bei der individuellen Schuhberatung werden deshalb alle relevanten Faktoren berücksichtigt. Besonders beim Tragen orthopädischer Einlagen nach Mass ist die Wahl des richtigen Schuhs entscheidend, denn Einlage und Schuh bilden eine funktionelle Einheit, um die Füsse bestmöglich zu unterstützen. Somit ist die Wahl der Schuhe nicht nur eine Frage des Stils, sondern in erster Linie eine Frage der Funktionalität.

Orthopädiefachgeschäfte bieten Standard- und Spezialgrössen sowie individuelle Anpassungen («Schuhtuning») an Konfektionsschuhen an. Dazu gehören Schuhverbreiterungen, Abrollhilfen oder Sohlenversteifungen, die das Gehen und Stehen im Alltag spürbar verbessern können.

**Orthopädische Massschuhe**

Bei Bedarf stellen Orthopädienschuhmacher:innen auch Massschuhe her. Hier stehen Präzision, handwerkliches Geschick sowie ein umfassendes Verständnis für die individuellen Bedürfnisse im Mittelpunkt. Orthopädische Massschuhe bieten die ideale Lösung bei Fussfehlstellungen, -deformationen oder nach Amputationen. Die Kombination aus traditionellem Handwerk, moderner Technik und hochwertigen Materialien sorgt für hohen Tragkomfort und Funktionalität.

Zusätzlich bieten Orthopädiefachgeschäfte eine Vielzahl von Spezialschuhen an, die gezielt bestimmte Funktionsausfälle ausgleichen – etwa Schuhe für orthopädische Schuheinlagen, Orthesen, Verbände oder zur Stabilisati-

**«Korrigierende Funktionen können ihre Wirkung nur entfalten, wenn Einlagen und Schuhe ideal aufeinander abgestimmt sind.»**

on. Sogenannte Walking Boots bieten nach Knochenbrüchen und Verletzungen Stabilität und ermöglichen gleichzeitig mehr Mobilität als ein Gips.

Nach der ausgiebigen Untersuchung, Beratung und dem Anprobieren verschiedener Schuhe verlässt der Testpatient, den ich während dieses Prozesses begleiten durfte, mit neuen Einlagen und passenden Schuhen zufrieden das Fachgeschäft – optimistisch, nun wieder schmerzfrei Sport treiben und unbeschwert gehen zu können.

Ihnen, liebe Leser:innen, konnte ich mit unserer Serie Orthopädie hoffentlich einen Einblick in die heutigen Arbeitsabläufe auf diesem Gebiet vermitteln, und Ihnen damit auch die multiprofessionelle Zusammenarbeit mit diesen Fachleuten schmackhaft machen.

**Quelle:** Orthopodo Malgaroli



Der 3D-Drucker fertigt passgenaue Schuheinlagen direkt vor Ort – individuell, schnell und ressourcenschonend.

Bild: Orthopodo Malgaroli

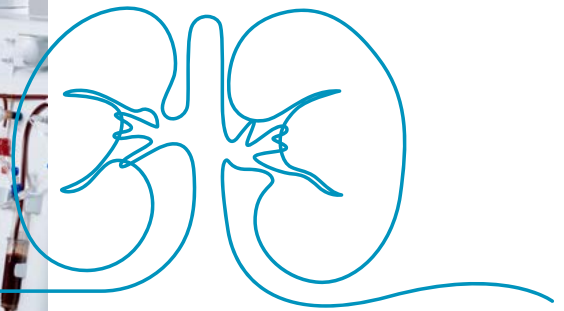
# Die Nieren – unsere lebenswichtigen Filterorgane

Interview: Yvonne Siegenthaler, Mitglied Zentralvorstand/Fachredaktion

Im Mittelalter wurden die Nieren als der Sitz der Gefühle und der Lebenskraft betrachtet. Aus dieser Vorstellung stammt auch die Redewendung «Das geht mir an die Nieren», die eine starke emotionale Belastung oder tiefgehende innere Erschütterung beschreibt. Heute wissen wir, dass die wichtigste Funktion dieses bohnenförmigen Organs die Entgiftung des Körpers ist. Als «Klärwerke» filtern die Nieren Abfallstoffe aus, die entweder im Organismus selbst entstehen oder über die Nahrung aufgenommen werden, und scheiden diese über den Urin aus. Mehr über dieses lebenswichtige Organ erfahren Sie im Interview mit Frau Dr. Renata Linkesch.



Dr. Linkesch im Gespräch mit Patientin, B. Braun Medical Care AG, Oerlikon



## Dr. Renata Linkesch, wie gross sind gesunde Nieren und wo genau im Körper befinden sie sich?

Die Nieren sind ein paariges bohnenförmiges Organ, welches zum Ausscheidungs- oder Harn-System gehört. Sie befinden sich links und rechts der Wirbelsäule im hinteren Bauchraum, dicht unterhalb des Zwerchfells. Bei einem erwachsenen Menschen sind sie im Durchschnitt 11,5 cm lang, 5,5 cm breit, 3,7 cm dick und 160 g schwer.

Am inneren Rand der Niere ist die Nierenpforte angesiedelt, durch die die Nierenvene und die Nierenarterie verlaufen. Durch die Arterie

gelangt Blut, das Stoffwechselabbauprodukte enthält, in die Niere hinein. Über die Vene wird das gereinigte Blut wieder abtransportiert.

Die Niere setzt sich aus drei Zonen zusammen: äussere Nierenrinde, Nierenmark und – im Inneren des Organs – Nierenbecken. Hier sammelt sich der gebildete Urin und läuft über den Harnleiter nach unten Richtung Harnblase ab. Mark und Rinde bilden die eigentliche Organmasse. Hier sind ca. 1 bis 1,4 Millionen kleine Filtereinheiten enthalten, sogenannte Nephronen, die Schadstoffe aus dem Blut filtern und Urin bilden.

## Welche Funktion haben die Nieren – und welche Aufgaben erfüllen sie?

Die Nieren üben mehrere Funktionen aus. Ihre Hauptfunktion ist die Filterung des Blutes: Rund 300-mal täglich wird die gesamte Blutmenge durch die Nieren gepumpt. Dabei werden überschüssige Körperflüssigkeit, Salze und Nebenprodukte des Stoffwechsels aus dem Organismus ausgeschieden.

Darüber hinaus erfüllen die Nieren hormonelle und regulatorische Funktionen: Sie produzieren Erythropoetin und Thrombopoetin, die die Produktion von roten Blutkörperchen (Erythrozyten) und Blutplättchen (Thrombo-

zyten) anregen. Sie sind an einem Syntheseschritt zur Produktion von Vitamin D beteiligt. Und über das Renin-Angiotensin-Aldosteron-System regulieren sie den Blutdruck, die Natrium- und Kaliumausscheidung sowie den Wasser- und Säure-Base-Haushalt.

### Wie äussern sich Nierenprobleme oder Nierenerkrankungen in der Regel?

Eine akute Nierenerkrankung kann sich durch eine Vielzahl von plötzlichen Beschwerden bemerkbar machen. Hierzu gehören zum Beispiel: kolikartige Schmerzen (aus dem Rückenbereich in die Leisten und/oder Harnblase ziehend), verfärbter Urin (rötlich) oder unangenehmer Uringeruch, schmerzhaftes oder vermindertes Wasserlassen, Wassereinsparungen unter den Augen und/oder an Knöcheln, plötzlich erhöhte Blutdruckwerte, Übelkeit oder Erbrechen.

Ein chronisches Nierenleiden beginnt in der Regel schleichend ohne Beschwerden. Schreitet eine unerkannte chronische Nierenerkrankung weiter voran, führt dies zu allgemeinen Symptomen wie: Müdigkeit, Muskelschwäche und Antriebslosigkeit, Appetitlosigkeit, Blässe, gesteigerter Schlafbedarf, Juckreiz oder Zeichen der Überwässerung (Ödeme).

### Nierenschäden nehmen zu – worin liegen die Gründe dafür?

Die Hauptgründe für die Zunahme der Nierenschädigung liegen anhand der aktuellen Daten in der erhöhten Häufigkeit der Herz-Kreislauf-Erkrankungen in der global zunehmend industrialisierten Welt. Vor allem Bluthochdruck, Diabetes mellitus und Arteriosklerose schädigen in der immer älter werdenden Population auf Dauer die Gefässe der Nieren.

Darüber hinaus setzt ihnen Übergewicht zu. Bei Menschen mit starkem Übergewicht (Adipositas) kommen oft mehrere Risikofaktoren für ein Nierenversagen zusammen. So bildet beispielsweise das Fettgewebe im Bauchraum Entzündungshormone, die die Nieren zusätzlich gefährden. Aber auch Nikotinkonsum und unkontrollierter Medikamentengebrauch können eine Nierenschädigung hervorrufen.

### Welche Folgen hat eine eingeschränkte Nierenfunktion und was passiert, wenn die Nieren gänzlich versagen?

Aufgrund der unzureichenden Reinigungsleistung und/oder der mangelnden Volumenregulation sammeln sich giftige Substanzen und Wasser im Körper an. Um eine lebensgefährliche Vergiftung und/oder Überwässerung des Organismus zu verhindern, ist eine Nierenersatztherapie, mit anderen Worten eine andere Form der Blutreinigung, erforderlich. Diese erfolgt zumeist durch eine Dialyse (sog. Blutwäsche).

### Wo liegt der Unterschied zwischen chronischer Niereninsuffizienz und akutem Nierenversagen?

Der Hauptunterschied liegt hier im zeitlichen Verlauf. Akutes Nierenversagen bedeutet, dass eine oder beide Nieren plötzlich innerhalb von Stunden, Tagen oder ein paar Wochen aufhören zu arbeiten. Diese Situation wird meistens durch plötzlich auftretende Beschwerden begleitet und dadurch häufig schnell erkannt. Eine chronische Niereninsuffizienz entwickelt sich über einen langen Zeitraum, meistens über mehrere Jahre, und kann somit sehr lange unerkannt bleiben.

### Wie kann eine Nierenerkrankung die Entstehung einer Polyneuropathie begünstigen, und welche typischen Symptome sind damit verbunden?

Die Verschlechterung der Nierenfunktion führt zu verminderter Ausscheidung von Stoffwechselabfallprodukten und damit zu einer erhöhten Konzentration dieser Giftsubstanzen (Urämie-Toxine) im Organismus. Gleichzeitig kommt es zu einer schlechteren Versorgung mit Vitaminen und Mineralstoffen. Dabei können die Nervenfasern geschädigt werden bzw. kann es zu einer Störung der Regulation des Nervensystems kommen. Häufig liegt auch ein Diabetes vor, der ebenfalls eine Polyneuropathie auslösen kann. Die typischen Symptome sind Sensibilitätsstörungen, Missempfindungen oder schmerzhaft Affektionen (Restless-Legs-Syndrom), beginnend meistens symmetrisch an beiden Beinen.

### Podologinnen und Podologen behandeln häufig Diabetiker:innen. Welchen Einfluss hat Diabetes auf die Nieren?

Eine unzureichende Stoffwechseleinstellung (hoher HbA<sub>1c</sub>-Wert) eines Diabetes mellitus ist einer der wichtigsten Risikofaktoren für die Entstehung einer Nierenschädigung. Die

diabetische Nephropathie ist, trotz der zahlreichen Fortschritte in der antidiabetischen Behandlung, nach wie vor eine der häufigsten Ursachen für die Nierenschädigung.

### Hat Bluthochdruck ebenfalls negative Auswirkungen auf die Nieren?

Bluthochdruck gilt als wichtigster kardiovaskulärer Risikofaktor – und ist zugleich die bedeutendste Ursache für die Entstehung einer Niereninsuffizienz bis hin zum Nierenversagen.

### Wann wird eine Dialyse erforderlich und welche Risiken sind damit verbunden?

Der optimale Zeitpunkt für den Beginn einer Nierenersatztherapie (Hämodialyse, Peritonealdialyse oder Nierentransplantation) hängt von mehreren Faktoren ab. Wichtigstes Kriterium ist der Grad des Nierenfunktionsverlustes, gemessen an der Nierenfunktion. Diese wird in die Stadien von 1 (leicht) bis 5 (schwer) eingeteilt. In der Regel erfolgt der Eintritt in die Nierenersatztherapie im Stadium 5, das heisst bei einer glomerulären Filtrationsrate (GFR) < 5–15 ml/min/1.73 m<sup>2</sup>.

Ein weiteres Kriterium ist der Allgemeinzustand der betroffenen Person. Hinweise auf einen notwendigen Therapiebeginn können etwa sein: Gewichtsabnahme (Übelkeit, Erbrechen, Inappetenz), Gewichtszunahme (Überwässerung/weniger Urin), hoher Kaliumspiegel (Herzrhythmusstörungen), Azidose (Übersäuerung des Blutes), ausgeprägter Juckreiz durch erhöhtes Phosphat.

Der Dialysebeginn sollte nach ausführlicher Beratung und in enger Abstimmung mit dem behandelnden Nephrologen erfolgen.

Abhängig von der Art der Nierenersatztherapie gibt es auch spezifische potenzielle Risiken. Beispielhaft sind hier Kreislaufprobleme, Unwohlsein oder Muskelkrämpfe bei der Hämodialyse und mögliche Infektionsgefahr bei der Peritonealdialyse zu nennen.

### Ist ein Leben mit nur einer Niere uneingeschränkt möglich – und wann wird eine Transplantation notwendig?

Ja, auch mit nur einer Niere ist ein weitgehend normales Leben ohne Einschränkungen möglich. Bei angeborener Einzelniere wird der Befund nur zufällig entdeckt, da Betroffene meistens beschwerdefrei sind. Wird eine Niere durch eine Lebendspende oder eine andere Operation entfernt, kann das verblei-

bende Organ den Leistungsverlust in der Regel ausreichend kompensieren.

Regelmässige Kontrolluntersuchungen (Nierenfunktion, Blutdruck, Infektion) und entsprechende Verhaltensmassnahmen (ausreichende Trinkmenge, Vermeiden von Verletzungen und Harnwegsinfekten, Vermeiden von nephrotoxischen Medikamenten etc.) tragen zu einem möglichst lebenslangen Erhalt der Nierenfunktion bei.

Eine Transplantation wird erst notwendig, wenn die verbleibende Niere ihre Funktion nicht mehr erfüllen kann.

### **Spielen auch psychische Faktoren eine Rolle für die Gesundheit der Nieren?**

Es ist bekannt, dass chronischer Stress, Ängste oder dauerhafte psychische Belastungen zahlreiche kardiovaskuläre Erkrankungen wie Bluthochdruck oder Herzinfarkt und psychische Erkrankungen wie Depression oder Burnout zur Folge haben können.

Daraus kann sich zum Beispiel auch ein indirekter Zusammenhang zwischen einer psy-

chisch bedingten Bluthochdruckerkrankung und einer Nierenerkrankung ergeben.

### **Was können wir tun, um unsere Nieren gesund und funktionstüchtig zu erhalten? Welche Faktoren können die Nieren schädigen?**

Die beste Therapie ist die Vorbeugung! Um die wichtigsten Risikofaktoren wie Bluthochdruck und Diabetes mellitus frühzeitig zu entdecken, wird das regelmässige Bestimmen der entsprechenden Parameter empfohlen. Ein Screening wird insbesondere bei familiärer Vorbelastung oder allgemein alle 5 Jahre nach dem 18. Lebensjahr resp. jährlich nach dem 40. Lebensjahr empfohlen.

Bei bestehenden Risikofaktoren oder Erkrankungen sollte eine optimale Einstellung aller bekannten Verlaufparameter angestrebt werden. Hierzu gehört das Normalisieren von Blutdruck, optimale Blutzuckereinstellung, Senkung der Serum-Cholesterinspiegel, Nikotinkarenz, Normalgewicht, natürliche Ernährung mit ausreichender Trinkmenge von

täglich 1,5–2 l und das Vermeiden von hochprozessiertem Essen etc.

Ebenso wichtig bleibt die protektive Wirkung einer regelmässigen moderaten körperlichen Aktivität von mind. 1,5 Stunden pro Woche.

Bei einer Selbstmedikation – zum Beispiel mit Schmerzmitteln, TCM oder komplementärer Medizin – sollte auf eine potenziell nierenschädigende (nephrotoxische) Wirkung geachtet werden.

### **Interviewpartnerin:**

MUDr. (SK)\* Renata Linkesch, Fachärztin FMH für Innere Medizin/Nephrologie, Diabetologie DDG, Hypertensiologie DHL

\*MUDr. (SK) ist der slowakische Dokortitel für Humanmedizin (Medicinae Universae Doctor). Es handelt sich um einen berufsqualifizierenden medizinischen Hochschulabschluss, vergleichbar mit dem schweizerischen Dr. med.

**GEHWOL** BEWEGT.

*Sie haben das Ziel.  
Wir die Pflege.*

**GEHWOL**

**Pediando AG**

Buchmattstrasse 25  
CH-3400 Burgdorf  
Tel. +41 34 422 10 00  
info@pediando.ch  
www.pediando.ch

# HELVESKO

modisch & bequem



↖ *Vorfuss aus Stretchmaterial*

**SENSIVA**

## STARKER PARTNER FÜR GESUNDE FÜSSE

### **Fussgesundheit beginnt beim richtigen Schuh – weil jeder Schritt zählt**

Als Podolog:in wissen Sie, wie entscheidend die richtige Schuhwahl für das Wohlbefinden der Patient:innen ist. HELVESKO unterstützt Sie dabei mit hochwertigen, anatomisch durchdachten Modellen, die Komfort, Passform und Funktion vereinen. Unsere Schuhe fördern die Fussgesundheit, lindern Beschwerden, verbessern die Mobilität und entlasten den gesamten Bewegungsapparat – eine echte Erleichterung für Ihre Patient:innen und eine zuverlässige Lösung für Ihren Praxisalltag.

### **Mehr als nur ein bequemer Schuh**

Ein Schuh muss die natürliche Funktion des Fusses unterstützen – genau das bietet HELVESKO: Mit barfussgeformten Naturleisten können sich die Zehen frei bewegen, was die natürliche Abrollbewegung fördert. Durch den breiten Vorfussbereich werden die Zehen in ihrer Bewegung nicht eingeeignet, was die Durchblutung optimal unterstützt und Druckstellen sowie Fuss-

deformierungen verhindert. Unsere Laufsohlen dämpfen harte Stöße und entlasten Gelenke, Muskeln und Wirbelsäule – pures Wohlbefinden.

### **Ihr Partner für ganzheitliche Fussgesundheit**

HELVESKO versteht sich als engagierter Begleiter von Podolog:innen und ihren Patient:innen. Mit einem umfangreichen Sortiment ergonomischer Schuhe bieten wir gezielte Unterstützung für unterschiedliche Bedürfnisse – ob bei empfindlichen Füßen, Fussverformungen, Venenproblemen oder anderen orthopädischen Herausforderungen. Gemeinsam setzen wir uns für gesunde und glückliche Schritte im Alltag ein.

Darüber hinaus unterstützen wir Sie mit persönlicher Beratung und umfassendem Service – sowohl in unseren Fachgeschäften als auch telefonisch.

### **Katalog für Ihre Praxis**

Gerne stellen wir Ihnen kostenlos unsere Gesamtkataloge zum Auflegen und Wei-

tergeben in Ihrer Praxis zur Verfügung. Bestellen Sie Ihre gewünschte Anzahl pro Saison bequem unter folgendem Link:



<https://www.helvesko.ch/katalog-geschaeftskunden>

### **Kennlern-Gutschein\* für Podolog:innen**

Nutzen Sie die Gelegenheit, HELVESKO-Schuhe selbst zu testen und überzeugen Sie sich von Qualität und Komfort. Als Podolog:in erhalten Sie einmalig 20% Rabatt auf Ihre erste Bestellung.

**Code: PODO25**

*\*Gültig bis zum 15.06.2025 – einlösbar im Webshop, im Fachgeschäft oder telefonisch. Kein Mindestbestellwert. Nicht kumulierbar.*

**helvesko.ch**

# Rheumatische Füsse entlasten: Was Einlagen und Spezialschuhe leisten können

Redaktion

Bei rheumatischen Erkrankungen sind Fussbeschwerden häufig – bis zu 85 % der Betroffenen mit rheumatoider Arthritis sind im Verlauf davon betroffen. Entzündungen und strukturelle Veränderungen wie Sehneninsuffizienzen oder Gelenkdestruktionen führen zu schmerzhaften Fehlstellungen wie Knick-, Platt- oder Spreizfüssen. Gleichzeitig erschwert eine verletzte Haut und ein reduziertes Fettpolster am Fuss die Situation zusätzlich.



- **Zurichtungen:** Anpassungen am Konfektionsschuh wie Hinterkappenpolsterung, Abrollhilfen oder Bodenversteifungen sind bei stärkeren Beschwerden nötig. Auch klassische Elemente wie Keil- oder Tintenlöscherabsatz können stabilisieren.
- **Massschuhe:** Bei schweren Fehlstellun-

gen oder bei Arthrosen im Rückfussbereich notwendig. Heute sind auch optisch ansprechende Varianten möglich, teils mit speziellen Verschlüssen bei Handdeformitäten.

Entscheidend ist stets die individuelle und korrekte Anpassung – nur dann entfalten die orthopädischen Hilfen ihre volle Wirkung.

Besonders betroffen ist der Rückfuss: Talonavikulare und subtalare Destruktionen führen gemeinsam mit einem Befall der Tibialis-posterior-Sehne zu einer ausgeprägten medialen Instabilität. Im Vorfussbereich treten häufig Hallux valgus, Krallenzehen und eine Abflachung des Quergewölbes mit schmerzhafter Bursitis auf. Typisch ist der kontrakte rheumatische Spreizfuss (Pes triangulare).

## Therapie mit Einlagen, Schuhzurichtungen und Massschuhen

Drei orthopädiesschuhtechnische Optionen stehen zur Verfügung:

- **Einlagen:** Bei geringer Deformität ohne Schwellung ausreichend. Wichtig sind Sandwecheinlagen, die gleichzeitig stützen und betten – insbesondere zur Druckentlastung bei empfindlicher Haut.

Dieser Beitrag ist eine Zusammenfassung des Artikels «So helfen Einlagen und Spezialschuhe bei Schmerzen und Deformitäten – Aufatmen für Rheumafüsse» von Dr. Sonja Kempinski, erschienen in der Schweizer Wochenzeitung «Medical Tribune» vom 14. März 2025.

**SCHLEIFDIENST.CH**

▪ Bresteneggstrasse 01, 5033 Buchs AG ▪ 079 340 09 59

Mitglied von Verband Schweizer Messerschmied-Meister

**SCHARF  
PRÄZIS  
SCHNELL**

Kundenempfehlung  
★★★★★

  
pro pede

Dienstleistung der Werkzeugbau Mueller GmbH

## Schulung 2D-Fuss-Scanner (Rothballer/Bauerfeind)



Diese Schulung bietet eine umfassende Einführung in die Nutzung des 2D-Fuss-Scanners von Rothballer/Bauerfeind. Die Teilnehmer:innen lernen die Bedienung, Pflege und Interpretation der Scans sowie die Integration der Scanner in verschiedene Anwendungsbereiche der Podologie.

Die Schulung ist sowohl für Anfänger:innen als auch für fortgeschrittene Anwender:innen geeignet.

**Datum/Zeit:**

Samstag, 23. August 2025, 09.00 – 12.00 Uhr

**Ort:**

Berufsschule Zofingen

**Kosten:**

Fr. 190.– für Mitglieder / Fr. 160.– für Lernende / Fr. 450.– für Nichtmitglieder

**Kursleitung:**

Patrick Demmler, dipl. Orthopädienschuhmacher-Meister

Mario Malgaroli, dipl. Podologe HF

**Kursziele:**

1. Einführung in die 2D-Fuss-Scannertechnologie
  - Funktionsweise der 2D-Fuss-Scanner Basic und HighSpeed
  - Technische Spezifikationen und Unterschiede zwischen den Modellen
2. Installation und Einrichtung
  - Schritt-für-Schritt-Anleitung zur Installation der Scanner-Software
  - Anschluss und Kalibrierung der Scanner
3. Durchführung von Scans
  - Praktische Demonstration der Scanvorgänge
  - Richtige Positionierung der Füße für genaue Ergebnisse
  - Tipps zur schnellen und effizienten Durchführung der Scans
4. Datenanalyse und Interpretation
  - Analyse der erstellten 2D-Bilder
  - Identifikation und Interpretation von Fussfehlstellungen und Druckverteilungen
  - Anwendung der Ergebnisse für orthopädische Einlagen und Schuhanpassungen
5. Pflege und Wartung
  - Reinigung und Desinfektion der Scanner
  - Wartung und Fehlerbehebung
6. Integration in den Praxisalltag
  - Kombination der Scanner mit anderen Diagnosemethoden wie der elektronischen Fussdruckmessung
  - Erstellung von Berichten und Dokumentation der Ergebnisse

**Mitbringen:**

Schreibmaterial / bequeme Kleider\*

\* Es wird empfohlen, bequeme Kleidung zu tragen, da praktische Übungen einen Grossteil des Workshops ausmachen.

**Anmeldeschluss:**

**18. Juli 2025**

Für die Kursteilnahme ist entweder der Abschluss der dreijährigen Lehre als Podologin/Podologe erforderlich oder Sie befinden sich aktuell in der Ausbildung zur Podologin EFZ/zum Podologen EFZ. Podologie-Lernende können den Kurs nach Absprache mit dem Ausbildungsbetrieb und ab 16 Jahren zum Lernenden-Tarif besuchen. Die Teilnehmer:innenzahl ist beschränkt; die Anmeldungen werden nach Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt. Mitglieder des SPV haben Vorrang. Die Anmeldung gilt erst nach der Bezahlung der Kurskosten als definitiv. Wer sich später als zwei Wochen vor Kursbeginn abmeldet, muss die gesamte Kursgebühr entrichten.

**Jetzt anmelden:**



# SATISFEET LIPID

## Der Fruchtcocktail für die Haut



SatisFeet®  
PROFESSIONAL FOOTCARE



zum Produkt

Hier geht's











Art. 073000

SWISS MADE

SatisFeet  
PROFESSIONAL FOOTCARE

LIPID

Feuchtigkeitscreme  
Crème hydratante  
Crema idratante

-  Ohne sensibilisierende Inhaltsstoffe, Parabene und Mineralöle
-  Hautfreundlich und Diabetiker freundlich
-  Schnell einziehend ohne zu fetten
-  Intensive Feuchtigkeitspflege
-  Hemmung der Hornhautbildung und Schutz vor Fussgeruch und -pilz
-  Schweizer Apfelstammzelle als Grundwirkstoff
-  Papaya-Fruktkomplex mit Teebaumöl und Glykolsäure
-  Swiss Made –Entwickelt mit Podologen und Fachspezialisten

**ALLE ONLINEBESTELLUNGEN PORTOFREI**



Simon Keller AG  
Lyssachstrasse 83  
3400 Burgdorf

+41 34 420 08 00  
info@simonkeller.ch  
www.simonkeller.ch

Keller  
simonkeller.ch