

# Szűk cipőtől lesz bütykös a láb

A tyúkszem egy védekező mechanizmus eredményeként a lábujjak ízületi hajlásain alakul ki, így egy talpi keményedő bőrpont érzékenysége nem sorolható ide, inkább az oda tartozó reflexzónát kellene beazonosítani egy reflexológussal, és kimasszíroztatni.

Tyúkszemnél a bőrkeeményedés fájdalmasan, gyökérszerűen beleterjed, úgynevezett csapot ereszt le az idegekkel sűrűn átszőtt, érzékenyebb rétegekig. Sajnos idővel annyira megváltozhatnak a bőr alatti kötőszöveti állapotok, hogy a műtétnél könnyebben bekövetkezhet az elfertőződés, akár üszkösödés is. A lapos cipő nyomja, deformálja, és a lépések ritmusában folyamatosan dörzsöli a lábujjak hajlásait. De a hegyes orrú báli csodákban rendszeren passzírozódik a női lábujj, így a legbulizósabb lányokból lesz a legbütykösebb öregasszony. Nyilvánvaló: a tyúkszem főleg hölgyi

## A TERMÉSZETGYÓGYÁSZ TANÁCSAI

**TÓTH ZSIGMOND**

természetgyógyász  
minden pénteken  
hasznos információkat  
ad olvasóinknak.



Kérdéseiket várjuk

a [termeszetygyasz@borsonline.hu](mailto:termeszetygyasz@borsonline.hu)  
e-mailre vagy levélben a

Bors, 1015 Bp., Hattyú u. 14. címre.  
A borítékra írják rá: „Természetgyógyász”

nyavalya, mert lábaikat mindenféle formájú tárgyakra kell az aktuális divat szerint beleeröltetniük.

Mindig oldjuk a nyomást, dörzsölődést a veszélyeztetett helyeken! Cipőinket elemezzük: mennyire veszélyes tyúkszemileg. Ami nem jó, legfeljebb esküvőre, munkainterjúra vegyük fel, de ki is dobhatjuk. Egyébként bőrkeményedést gátló anyagokkal átítatott tapasztalással vagy olajokkal, kencékkel rendszeresen átkenegetve lábujjainkat tudunk védekezni. Hegyes orrú, magas sarkú napok után jobba- vagy mandulaolajjal jól átítatott kis szivacsokat ragasztószalaggal hermetikusan rögzítünk rá a veszélyeztetett bőrfelületekre – egész éjszakára –, akkor nem alakul ki a probléma.