

Αντιμετώπιση κακοσμίας



Απο που ξεκινάει το πρόβλημα?

- Ιδρωτοποιοί αδένες (στα πόδια υπάρχουν οι περισσότεροι).
- Ορμόνες (εφηβεία).
- Μύκητες και βακτήρια.

Αντιμετώπιση

- ✓ Ποδόλουτρα (με άλατα μπάνιου και αιθέρια έλαια).
- ✓ Αποφύγουμε να φοράμε το ίδιο ζευγάρι παπούτσια για συνεχόμενες μέρες.
- ✓ Βαμβακερές κάλτσες και παπούτσια που αναπνέουν.
- ✓ Πεντικιούρ και αφαίρεση νεκρών κυττάρων.
- ✓ Χρήση πούδρας, αποσμητικού ή αντιμυκητιακού σπρέι σε στεγνά πόδια.