

Онихомикоз и микоз стоп



Инфекционное заболевание, поражающее ногтевую пластину и ближайшие ткани получило название онихомикоз. При онихомикозе может поражаться одна или несколько ногтевых пластинок на руках, на стопах или одновременно на пальцах нижней и верхней конечности человека.

Возбудителями онихомикоза являются многочисленные формы грибов, которые мгновенно распространяются в теплой и влажной среде. Инфекция передается контактно-бытовым способом.

Этот недуг достаточно распространенный и по статистике практически каждый пятый человек сталкивался с ним.

Пути заражения:

Инфицирование грибками, вызывающими онихомикозы, как правило, происходит при посещении различных мест общего пользования, в которых люди хотя бы некоторое количество времени стоят или ходят босиком, например, бани, сауны, бассейны, душевые, спортивные залы и т.д. Заразиться грибковой инфекцией можно при выполнении педикюра, маникюра плохо обработанным инструментом; при использовании некачественной обуви, в которой ноги потеют и сдавливаются. Достаточно часто бывает передача возбудителя онихомикоза внутри одной семьи при использовании одних и тех же предметов обихода, таких, как мочалки, тапочки, коврики, решетки, перчатки и др. Заражение обычно происходит следующим образом: чешуйки кожи и ногтей у людей, страдающих онихомикозом, отпадают и попадают на коврики, подстилки, мочалки, поверхность ванны, ковры, полотенца и другие предметы. В этих чешуйках содержатся споры и мицелий грибов, которые могут сохраняться годами. Когда другой человек наступает или касается предмета обихода, на котором имеются такие чешуйки, они прилипают к его кожному покрову, грибок активизируется и переходит на ногти. Особенно опасны в плане инфицирования деревянные предметы, поскольку чешуйки с грибками практически невозможно вымыть и удалить из пор дерева. Наиболее часто сначала происходит заражение грибов ногтей стоп, а на ногтевые пластины рук их уже переносит сам человек.

Что же способствует заражению:

- Слабый иммунитет (когда иммунная система работает нормально, то грибковые споры сразу же гибнут при попадании в организм).
- Наличие на стопах повреждений или ран.
- Недостаточное кровоснабжение нижних конечностей.
- Сопутствующее заболевание, к примеру, сахарный диабет.
- Последствие приема кортикостероидной терапии.
- Плоскостопие.
- Некачественная обувь.
- Заболевания крови.
- Травмы ногтей.

Зная, каким образом происходит заражение, следует усилить гигиену и придерживаться профилактических мер. Но если же заражение все-таки произошло, то раннее выявление недуга – залог успешного и быстрого лечения.

Симптоматика

Онихомикоз обычно развивается не сразу, а после заражения кожи стоп. Перед появлением характерного поражения ногтя человека, как правило, беспокоит шелушение, трещины, излишняя потливость, неприятный запах и пузыри на коже в области межпальцевых складок, на подошве или на ладонке. Часто такое поражение кожи сопровождается зудом. И только через некоторое время после поражения грибком кожи ладоней или стоп он переходит на ногти. В редких случаях бывает изолированный онихомикоз, когда грибок проникает сразу непосредственно в ногтевую пластинку. Существуют видимые признаки, которые свидетельствуют о наличии микоза:

- Изменение цвета ногтя, появление на нем белых пятен.
- Покраснение и воспаление окружающей ткани.
- Неприятный запах.
- Повышенная потливость.
- Появление зуда.
- Шелушение кожного покрова.

Обнаружив такие признаки, следует срочно обратиться за консультацией к врачу-микологу или дерматологу. Чтобы справиться с инфекцией, нельзя заниматься самолечением. Только своевременное диагностирование микоза поможет не затягивать лечение на долгие месяцы (возможно даже получится спасти пораженную ногтевую пластину).

Лечение

Лечение назначается в зависимости от вида онихомикоза, распространённости процесса и степени изменений ногтевой пластинки. Поверхностное поражение ногтей требует только местной терапии с применением антимикотических, антибактериальных и кератолитических лаков и кремов, пластырей на основе клотримазола и миконазола. Кроме того, для лечения в домашних условиях потребуется: противогрибковая обработка предметов общего пользования; соблюдение личной гигиены; ежедневная смена носков; обработка внутренней поверхности обуви противогрибковыми препаратами, дезрастворами.

Запущенная болезнь требует комплексного подхода с применением: лекарственных противогрибковых препаратов; антимикозных мазей; средств, улучшающих кровообращение; лазерного лечения; физиопроцедур для усиления кровотока в конечностях; удаления пластины при тотальном онихомикозе.

Профилактические мероприятия:

Чтобы избежать заражения онихомикозом, исключить рецидивы заболевания после курса лечения, необходимо придерживаться следующих правил:

1. Не надевать чужую обувь, одежду.
2. Покупать обувь только из натуральных материалов, особенно, если ноги склонны к чрезмерной потливости.
3. Следить за иммунитетом и употреблять достаточное количество витаминов.
4. Иметь сменную обувь в саунах и спортзалах, избегать контакта стопы с открытой поверхностью.
5. Посещая пляжи использовать противогрибковые лаки, одноразового нанесения такого средства хватает ровно на одну неделю.
6. После душа или других водных процедур вытирать тщательно ноги, особенно между пальцами. Влага только способствует заражению.
7. Ежедневно менять носки, колготки (при этом они должны быть не из синтетических тканей).
8. После перенесенного заболевания в обязательном порядке провести полную дезинфекцию личных вещей.
9. Хорошо сушить промокшую обувь; периодически проводить ее дезинфекцию.

Таким образом, соблюдая личную гигиену и элементарные профилактические правила можно избежать онихомикоза стоп.

Исполнитель: Дмитриева Л.А.