

Что такое грибковая инфекция (микоз)?

Микоз кожи и ногтей стоп— это заболевание, вызванное грибковой инфекцией. Встречается примерно у 20 % взрослых людей. В 70 – 95 % случаев возбудителем микоза стоп является Трихофитон красный (*Trichophyton rubrum*).

Как можно заразиться грибковой инфекцией?

Микоз стоп легко передается при прямом контакте с носителем грибка или через предметы, например, обувь, носки, полотенце, принадлежности для маникюра или резиновые коврики в душе. Обычно заражение случается в общественных местах с повышенной влажностью, где есть благоприятные условия для размножения и распространения возбудителя. К таким местам относятся бассейны, общественные душевые, сауны, аквапарки, раздевалки спортзалов.

Как происходит заражение?

Если человек, инфицированный грибком, пройдет босиком по полу или коврикам в душевой, то он оставит после себя заразные частички. В дальнейшем на это место босыми ногами наступит здоровый человек, таким образом возбудитель попадет на его кожу. При этом грибок не всегда сразу вызывает характерные симптомы болезни. При достаточном иммунитете, отсутствии сопутствующих заболеваний, человек остается просто носителем инфекции, но при этом сам не болеет.

Что способствует развитию микоза стоп?

- повреждение целостности кожи (трещины, царапины и др.),
- нарушение кровоснабжения конечностей,
- сахарный диабет,
- повышенная потливость,
- сухость кожи, которая приводит к микротрещинам,
- пожилой возраст,
- длительный прием антибиотиков, препаратов, подавляющих иммунитет,
- дефицит витаминов,
- ношение обуви, не пропускающей воздух и создающей «парниковый эффект».

Как понять, что у человека микоз ногтей и кожи стоп?

При заражении ногтей отмечается утолщение, потеря блеска, помутнение пластины. Ноготь приобретает желтый, серый оттенок, становится хрупким, крошится.

К ранним клиническим симптомам микоза кожи стоп относятся сухость, шелушение кожи, безболезненные трещинки в складках между пальцами. Такую форму болезни называют стертой. Шелушение и трещинки вначале не вызывают боли, зуда, неприятных ощущений. Далее в зависимости от формы заболевания на коже стопы может появляться сыпь, пузырьки, зуд, мокнущие раны в межпальцевых промежутках, болезненность.

Что делать, если я подозреваю наличие грибковой инфекции?

При подозрении на микоз стоп нужно пойти к дерматологу или врачу-подологу. Для подтверждения диагноза врач осмотрит стопы, расспросит о том, какие симптомы беспокоят человека, как давно и после чего они появились. Возьмет соскоб с пораженной зоны для микроскопического анализа, культурального исследования или ПЦР-диагностики с целью выявления конкретного вида возбудителя. Дополнительно врач может назначить анализы крови.

Как проводится лечение грибковой инфекции?

Лечением микоза кожи и ногтей стоп занимается дерматолог или врач-подолог. С учетом клинической картины болезни, тяжести поражения, видимых изменений врач подберет терапию, она бывает как внутренняя, так и наружная.

Как долго лечится грибковая инфекция?

Срок лечения составляет от двух недель до месяца. Если поражена не только кожа, но и ногти, лечение будет достаточно продолжительным. Это связано с тем, что ногти на стопах растут медленно. Для избавления от инфекции нужно, чтобы отросла полностью здоровая ногтевая пластина, на это уходит в зависимости от объёма поражения от 6-18 месяцев.

При выполнении назначений врача микоз успешно лечится. Но если, заметив улучшение, пациент прекращает прием препаратов, это приводит к возврату инфекции, переходу ее в хроническую форму. Необходимо пройти полный курс, даже если симптомы болезни уже исчезли.

Очень важен при лечении микоза стоп уход за ногами, личная гигиена, соблюдение диеты, подбор и удобной обуви, не травмирующей пораженные места, обработка ее противогрибковыми средствами.

Как профилактировать грибковую инфекцию ногтей и кожи стоп?

- ежедневно мойте стопы с мылом, насухо вытирайте их полотенцем, особенно между пальцами, важна ежедневная смена носков,
- надевайте закрытые резиновые тапочки при посещении общественных душевых, саун, бассейнов, бань,
- не пользуйтесь чужим полотенцем, мочалкой.

Если Вы обнаружили даже незначительное шелушение кожи на ногах или трещины между пальцами, стоит провериться на грибок. Ранняя диагностика и своевременное лечение поможет избежать осложнений.

В Центре подологии «ЦКБ с поликлиникой УДП РФ» на высоком профессиональном уровне проводятся диагностика, лечение и профилактика различных заболеваний стопы.

Запись на консультацию по телефонам:

- Контакт-центр: +7 (495) 530-01-11 ежедневно с 8.00 до 20.00
- Нет возможности позвонить? Мы с Вами свяжемся: обратный звонок.