

## Что такое вросший ноготь?

Вросший ноготь (другое название онихокриптоз) — это болезненное состояние, которое возникает, когда край или угол ногтя растут вглубь кожи пальца. Ноготь может врастать во внешний и внутренний кожные валики большого пальца стопы на любом пальце, в том числе и на руке.

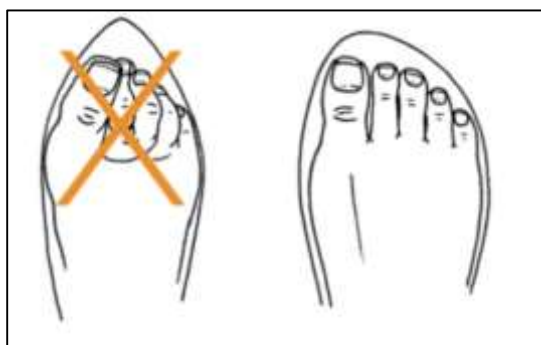


Фото из архива Н.В. Максимовой

## Почему ноготь может врастать?

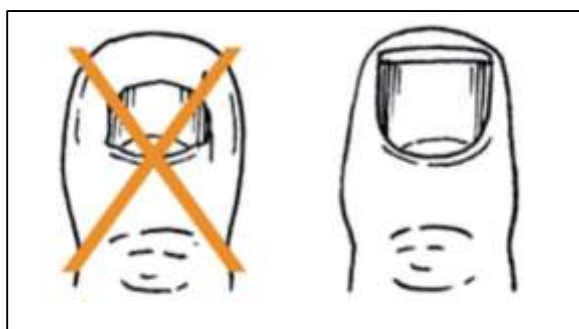
Причин для врастания ногтя на стопе много, но две наиболее распространенные — это ношение узкой обуви и неправильное подстригание ногтя.

Неподходящая по размеру обувь, тесная обувь, туфли на высоких каблуках и остроносые туфли, приводят к тому, что пальцы стопы сжимаются вместе, так что ноготь вкручивается в кожу и растет не над поверхностью пальца, а вглубь кожи.



Фотография с [www.iwgdfguidelines.org](http://www.iwgdfguidelines.org)

Неправильная обрезка ногтей (глубокое закругление, недостаточная обрезка с оставлением острого шипа на углу ногтя) на стопах может привести к тому, что край или угол ногтя впиваются в кожу. Ногти на стопах должны быть подстрижены прямо поперек так, чтобы верхняя часть ногтя образовывала прямую линию.



Фотография с [www.iwgdfguidelines.org](http://www.iwgdfguidelines.org)

Другими причинами врастания ногтя могут быть:

- Травма ногтя (оторванный ноготь или отслоившийся край),
- Грибковая инфекция ногтей,
- Прием некоторых лекарств (ретиноиды)
- Неправильная форма ногтей.

## **Какие признаки и симптомы вросшего ногтя?**

Врастание ногтя в зависимости от степени тяжести процесса разделяют на три стадии:

### **1 стадия**

Конец пальца становится покрасневшим с легким отеком. Могут быть повышение температуры кожи пальца и боль. Гноя нет.

### **2 стадия**

Палец становится более красным, опухшим и болезненным. Появляется белый или желтый гной или светлые выделения из этой области.

### **3 стадия**

Симптомы покраснения, отека и боли пальца усиливаются. Образуется грануляционная ткань, которая способствует отеку и выделению гноя. Разрастание кожи вокруг пораженного ногтя. Может повышаться температура тела.

## **Что такое ложный вросший ноготь у новорожденного?**

Около 2% новорожденных отмечают при рождении наличие вросших ногтей на ногах, поскольку растущая ногтевая пластина очень короткая. Это редко бывает болезненным. Внешний вид восстанавливается в течение года или около этого.

## **Как лечить вросший ноготь?**

Методы лечения зависят от стадии заболевания. Однако на любой стадии вросшего ногтя пациенту следует прекратить ношение тесной обуви или обуви на высоких каблуках. Оптимальная обувь – это сандалии (обязательно с застежкой на пятке или глубокие).

Вросший ноготь на 1-й стадии рекомендуется лечить консервативно, используя следующие методы:

- Тампонирование (осторожно приподнимите край ногтя, который впивается в кожу, и поместите небольшой кусочек марли между ногтем и кожей, чтобы держать ноготь приподнятым,
- Обработайте край ногтя антисептиком (водным раствором Повидон - Йода).

На 2-й стадии врастания ногтя может потребоваться местное или системное (внутри) применение антибактериальных препаратов. Мази с антибиотиками (Повидон - Йодом) в сочетании с местными анестетиками (Лидокаин) помогают быстрее заживить место врастания, а также уменьшить боль.

При ухудшении состояния на 3-й стадии врастания может потребоваться хирургическое удаление вросшего ногтя.

Существуют и другие методы лечения (химическое удаление, лазерная резекция и др.), однако их эффективность требует дальнейших клинических исследований и зависит от опыта врача.

## **Можно ли предотвратить врастание ногтей на стопах?**

Соблюдение следующих простых правил позволяет легко предотвратить врастание ногтей на стопах:

- Необходимо подстригать ногти прямо и поперек — не обрезать их слишком коротко и не закруглять углы,
- Полезно для стоп и тела в целом носить хорошо подходящую по размеру широкую обувь,
- Стопы должны быть чистыми и сухими. При выраженной потливости стоп обратитесь к подологу.

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