



Многие миллионы лет живут на Земле грибы. Агрессивные, неутомимые, дни и ночи напролет атакуют они человеческие организмы всеми пятью сотнями видов, которые по-научному называются микозами.

Как распознать врага?

Микозы(micosis)- это большая группа кожных заболеваний, которые вызывают патогенные грибы. Ученые классифицируют их по разным признакам: по роду и виду грибов, их локализации и глубине проникновения в пораженные ткани. Самыми распространенными считаются грибковые поражения стоп и ногтей (онихомикоз). Распознать это заболевание достаточно просто:

-ногти на ногах становятся тусклыми, неровными, начинают крошиться и истончаться;

в складочках между пальцами(обычно- безымянным и мизинцем) появляется зуд и краснота;

на подошвах возникают трещины, которые плохо заживают

могут появляться пузырьки, которые лопаются и воспаляются.

Хотя врачи полагают, что наибольшую опасность представляют те, кто страдает так называемой «стертой формой» микоза, когда кожа слегка шелушится, а маленькие трещинки на стопах почти незаметны. Потому что в этом случае люди искренне считают себя здоровыми и ... активно распространяют грибковую инфекцию.

Сезонная профилактика

Главная защита от микозов - это профилактика. Советы специалистов обычно сводятся к следующему:

Не ходите босиком в сауне, бане, тренажерном зале, душевой комнате, солярии, гостиничном номере, берите свою обувь! Причем это правило касается не только общественных мест, там как раз проводится хотя бы элементарная дезинфекция, но и бани во дворе соседа, деревянных причалов и лежаков, где обработка не проводится в принципе!

В гостях никогда не надевайте тапочек хозяев!

Приобретайте закрытые тапочки для прогулок по морскому побережью: влажный, горячий песок на пляже- отличный рассадник инфекций!

Летом носите открытые босоножки, чтобы ноги «дышали»!

После водных процедур насухо вытирайте ноги: не только стопы, но и пальцы, и межпальцевые промежутки.

Надевайте только сухую обувь и носки!

Как себя защитить?

Чудодейственных средств, которые обещают избавить от неприятных ощущений, сейчас огромное множество. И многие из них действительно снимут зуд, красноту, то есть помогут решить проблему, правда, если у вас.... грибок. Из внушительного числа

Автор:

19.08.2008 13:18 -

заболеваний кожи и ногтей грибковую природу имеют лишь 20%, поэтому может возникнуть ситуация, что вы усердно лечите грибок, а причиной неприятных ощущений является экзема, красная волчанка или лишай, и вы только усугубите течение болезни.

Без специального лабораторного обследования, только по внешним признакам, диагноз не рискнет поставить ни один специалист. Поэтому обратитесь на консультацию к врачу-микологу (специалисту по грибковым инфекциям) или дерматологу, а он назначит исследование соскоба с ногтей, кожи стоп и складочек между пальцами, который изучат под микроскопом. И если там будут обнаружены грибы, бороться с ними придется до победного конца! Если прервать лечение, то грибок может сохраниться в ногте, и заболевание начнется заново.

Кстати, именно поэтому долгое время существовал только один способ борьбы с онихомикозом(грибковым поражением ногтей и стоп)- хирургический, который сейчас практикуется только в самых запущенных и серьезных случаях.

Приятная новость: лекарства нового поколения не только позволяют справиться с болезнью, но и по сравнению со своими «предшественниками» имеют гораздо меньше побочных эффектов, поэтому их можно использовать даже при заболеваниях печени, но только под контролем врача. Обычно курс лечения занимает от 2-3 недель до 2-3 месяцев, все зависит от площади распространения микоза и глубины поражения.

Незапущенные формы заболевания можно вылечить с помощью местных средств, кремов и гелей, лаков и отслаивающих пластырей. Сначала стопы нужно обработать кремом с противогрибковым эффектом, особое внимание уделяя ногтям, промежуткам между пальцами и стопам, затем нанести специальную присыпку или фунгицидную пудру, которая впитает влагу и предотвратит образование мозолей.

Интересно, что салициловую и молочную кислоты, зеленку, серу, йод фармацевты использовали еще в начале прошлого века, создавая причудливые комбинации. И до сих пор мази на их основе популярны, потому что они доступные и недорогие. Но проверенные временем средства уступают современным по эффективности (курс лечения может занять до 8 недель) и эстетике (окрашивают кожу, имеют неприятный запах).

Автор:

19.08.2008 13:18 -

Если вы убежденный сторонник народных средств, врачи советуют ежедневно обрабатывать кожу вокруг ногтей столовым уксусом или вместо талька присыпать ступни обычной содой.

После того, как курс лечения закончен, необходимо, опять же при помощи лабораторных исследований, убедиться в отсутствии грибка и наблюдаться у специалиста в течение года, тщательно соблюдая правила гигиены.

Екатерина Хохлова <http://www.beautynet.ru>