

Грибок стопы

Грибок (микоз) стопы – заболевание, вызываемое паразитическими грибами. К ним относятся дерматофиты, плесневые грибы и грибы рода *Candida*.

Заражение может произойти в бане, сауне, бассейне, раздевалке фитнес-зала, в педикюрном кабинете при несоблюдении правил стерилизации инструментов, а также при совместном использовании с больным человеком полотенца, мочалок.

Способствуют развитию микоза стопы:

- Избыточная потливость.
- Микротравмы кожи (ссадины, трещины, потертости).
- Сосудистые заболевания конечностей.
- Сахарный диабет.
- Иммунодефицитные состояния.
- Применение некоторых препаратов (антибиотики, стероидные гормоны, цитостатики и пр.).

При благоприятных условиях патогенный грибок, попав на кожу, вырабатывает ферменты кератиназы, которые расщепляют белок кожи кератин. Грибок проникает в поверхностные слои кожи и начинает расти и ветвиться, образуя мицелий. Он захватывает все новые и новые участки кожи.

Что касается грибка ногтей, то чаще всего он попадает в ноготь с зараженной кожи. Но если зараженными инструментами делали педикюр, то он может сразу проникнуть в ногтевую пластинку.

После попадания грибка в ногтевое ложе, происходит усиленное размножение клеток рогового слоя. В результате край ногтевого ложа утолщается, соединение его с ногтевой пластинкой ослабляется, и она отделяется от ногтевого ложа. Это называется онихолизисом.

Из ногтевого ложа грибок распространяется дальше от места проникновения. Если он попал в ноготь с дистального или боковых валиков, то он продвигается к основанию ногтя (матриксу), где находятся ростовые клетки.

Симптоматика

Грибок кожи стопы

При микозе стоп возможно изолированное поражение кожи, ногтей или сочетанное их поражение.

Покупатели могут предъявлять следующие жалобы:

- Зуд в межпальцевых промежутках, мокнутие,
- Шелушение кожи,
- Утолщение и покраснение кожи стоп,
- Появление пузырей, которые лопаются с образованием эрозий.

Принципы лечения микоза кожи:

Основу лечения составляют наружные противогрибковые средства.

При их неэффективности или тяжелой форме микоза назначают системные антимикотики.

Грибок ногтей

Грибок ногтей проявляется следующими симптомами:

1. Пятна, полосы, шероховатости на ногтевой пластинке (на начальных стадиях).
2. Ноготь утолщается или, напротив, становится слишком тонким.
3. Края его крошатся, ломаются.
4. Ноготь теряет прозрачность.
5. Изменяется цвет пораженной грибком части ногтя. Она становится белой, желтой или черной.

Принципы лечения микоза ногтей:

Местные средства для лечения микоза ногтей (лаки, растворы) используются в следующих случаях:

1. Поражение ногтя распространяется не с зоны роста, а со свободного края ногтя или со стороны боковых валиков.
2. Поражено менее половины ногтя.
3. На обеих стопах поражено не более трех ногтей.

В других случаях назначается системная терапия антимикотиками (Тербинафин, Итраконазол, Флуконазол), либо комбинированная терапия (системное средство + лак/раствор для ногтей).

Вопросы покупателю, который просит что-нибудь от грибка стопы:

- Как проявляется грибок? Есть ли зуд, краснота? Есть ли трещины между пальцами, на пятках? Кожа мокнет? Есть ли шелушение? Есть ли участки утолщенной кожи?

- Изменены ли ногти?

При грибковом поражении ногтей:

- Сколько ногтей поражено на обеих стопах?

- С какого края: со стороны белой лунки или со свободного края?

- Поражено больше или меньше половины ногтя?

Что рекомендовать? Комплексная продажа

Ситуация	Что предложить?
Шелушение кожи стоп, небольшой зуд	<ol style="list-style-type: none">1. Антигистаминное средство внутрь (Кларитин, Зиртек, Кестин и др.) снимает зуд.2. Противогрибковый крем (Ламизил, Тербинафин, Экзодерил, Микозорал, Микосептин и др.) уничтожает грибок или подавляет его размножение.3. Устройство для противогрибковой обработки обуви или раствор хлоргексидина (для обработки обуви) предупреждает повторное заражение.4. Кора дуба для ножных ванн – уменьшает потливость, которая создает благоприятные условия для размножения грибка. От потливости можно предложить также средство 5 ДНЕЙ, Формагель, дезодорант - антиперспирант для ног.5. Скребок для стоп или пемза – для устранения шелушения и ухода за кожей стоп.

<p>Кожа стоп мокнет в межпальцевых складках, есть трещины, краснота, зуд, боль</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. В этом случае, прежде всего, нужно снять воспаление с помощью наружного комбинированного средства, содержащего гормон, антимикотик и антибиотик: Тридерм, Акридерм ГК, Пимафукорт. <p>Важно: при мокнущих используют крем!</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Антигистаминное средство внутрь для уменьшения зуда. 3. После стихания воспаления (исчезновения красноты, мокнутия), т.е. примерно через неделю, перейти на антимикотик (Ламизил, Тербинафин, Экзодерил, Микозорал, Микосептин и др.). 4. Устройство для противогрибковой обработки обуви или раствор Хлоргексидина (для обработки обуви) предупреждает повторные заражения. 5. Кора дуба для ножных ванн – уменьшает потливость, которая создает благоприятные условия для размножения грибка. <p>После стихания воспаления и заживления трещин можно предложить также одно из средств: 5 ДНЕЙ, Формагель, дезодорант - антиперспирант для ног.</p>
<p>Кожа стоп утолщена, зуд, шелушение</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Антигистаминный препарат внутрь – для уменьшения зуда 2. Наружно антимикотик. Предпочтительно использовать средство с мочевиной, например, Фунготербин Нео, чтобы облегчить проникновение действующего вещества через утолщенную кожу. Мочевина обладает также увлажняющим и отшелушивающим действием. 3. Устройство для противогрибковой обработки обуви или раствор хлоргексидина (для обработки обуви) предупреждает повторные заражения.

	<p>4. Кора дуба для ножных ванн – уменьшает потливость, которая создает благоприятные условия для размножения грибка. От потливости можно предложить также одно из средств: 5 ДНЕЙ, Формагель, дезодорант - антиперспирант для ног.</p> <p>5. Скребок для стоп или пемза – для устранения шелушения, ороговевшей кожи и ухода за кожей стоп.</p>
<p>Поражение ногтей (поражено не более 3 ногтей и не более чем наполовину)</p>	<p>1. Набор Микоспор, раствор Лоцерил (или аналоги), лак Батрафен или раствор Экзодерил – для уничтожения грибка в ногтевом ложе.</p> <p>2. Пилочка, если она не входит в комплект (для обработки пилкой ногтевой пластинки, чтобы действующее вещество лучше проникало через нее).</p> <p>3. Противогрибковый крем для уничтожения грибка на коже, поскольку он чаще всего проникает в ноготь со стороны кожи.</p> <p>4. Устройство для противогрибковой обработки обуви или раствор хлоргексидина (для обработки обуви) предупреждает повторные заражения.</p> <p>5. Кора дуба для ножных ванн – уменьшает потливость, которая создает благоприятные условия для размножения грибка.</p> <p>Либо одно из средств: 5 ДНЕЙ, Формагель, дезодорант - антиперспирант для ног.</p>

Рекомендации при продаже:

Для профилактики повторного заражения необходимо:

- Ежедневно проводить противогрибковую обработку обуви с помощью специального устройства или протирать ее 1% раствором хлоргексидина и хорошо просушивать.
- Обрабатывать ножницы, пилочки для ногтей хлоргексидином или уксусом.
- Бороться с потливостью ног: специальные средства + гигиена.
- По возможности сменить все носки, колготки.
- Регулярно обрабатывать ванну, полы, коврики дезинфицирующими средствами.
- Желательно носить обувь из натуральной кожи, которая хорошо впитывает пот.
- Лечение проводить до исчезновения симптомов. А лучше всего провести обследование, чтобы убедиться в отсутствии грибка.

Чтобы не заразились домашние, больному необходимо иметь отдельное полотенце для ног, свою мочалку, свою пилочку для ногтей, свои ножницы.

Требуют обращения к врачу:

1. Неэффективность местного лечения.
2. Микоз ногтей, когда поражено более трех ногтевых пластин, или когда поражение захватывает больше половины ногтя.
3. Микоз стопы с выраженным воспалением: краснота, мокнутие, трещины, боль.