

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

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

Грибок кожи стопы

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:

- Пятна, полосы, шероховатости на ногтевой пластинке (на начальных стадиях).
- Ноготь утолщается или, напротив, становится слишком тонким.
- Края его крошатся, ломаются.
- Ноготь теряет прозрачность.
- Изменяется цвет пораженной грибом 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.
Кожа стоп мокнет в межпальцевых складках, есть трещины, краснота, зуд, боль	<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. Важно: при мокнутии используют крем!2. Антигистаминное средство внутрь для уменьшения зуда.3. После стихания воспаления (исчезновения красноты, мокнутия), т.е. примерно через

	<p>неделю, перейти на антимикотик (Ламизил, Тербинафин, Экзодерил, Микозорал, Микосептин и др.).</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. 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>	<p>1. Антигистаминный препарат внутрь – для уменьшения зуда</p> <p>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.</p> <p>3. Устройство для противогрибковой обработки обуви или раствор хлоргексидина (для обработки обуви) предупреждает повторные заражения.</p> <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</p>	<p>1. Набор Микоспор, раствор Лоцерил (или аналоги), лак Батрафен или раствор</p>

(поражено не более 3 ногтей и не более чем наполовину)

Экзодерил – для уничтожения грибка в ногтевом ложе.

2. Пилочка, если она не входит в комплект (для обработки пилкой ногтевой пластинки, чтобы действующее вещество лучше проникало через нее).
3. Противогрибковый крем для уничтожения грибка на коже, поскольку он чаще всего проникает в ноготь со стороны кожи.
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.
Либо одно из средств:
5 ДНЕЙ, Формагель, дезодорант - антиперспирант для ног.

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:

- Неэффективность местного лечения.
- Микоз ногтей, когда поражено более трех ногтевых пластин, или
- когда поражение захватывает больше половины ногтя.

Микоз стопы с выраженным воспалением: краснота, мокнутие, трещины, боль.