

# РАЗ «ГРИБОК»,

Грибы – одни из самых древних и загадочных организмов на земле. Первые простейшие одноклеточные водоросли и грибы появились примерно 2 миллиарда лет назад. По оценкам специалистов, на нашей планете существует около 300 тысяч видов грибов! Они заполнили все мыслимые и немыслимые места обитания в природе, их можно встретить повсюду: и на земле, и под водой, и в воздухе. И по совершенно непонятным причинам примерно 100 видов выбрали в качестве «своего жилища» человека. Способны ли эти странные создания нанести нам вред и как оградить себя от их вторжения?

На эти и другие вопросы отвечает врач дерматовенеролог медицинского центра «ЦЕЛДИ» Татьяна Соколова.



*«Опасность грибковой инфекции в том, что люди слишком поздно обращаются к врачу, искренне считая себя здоровыми. Но в то же время активно распространяют ее. Не занимайтесь самолечением!»*

- Татьяна Дмитриевна, какую опасность представляют для нас грибы?

- Среди огромного количества патогенных грибов для человека опасны несколько видов.

Опрелости, кандидоз слизистых оболочек, хронический кандидоз, баланит, молочница, микозы, онихомикоз (поражение ногтей), язвочки на губах, паронихия, эпидермофития стоп (микозы пальцев ног), вульвит, грибковые заболевания гениталий – эти заболевания сейчас довольно распространены. Вызывают их различные виды грибов, такие как, например, кандида (*Candida albicans*), дерматофиты (*Epidermophyton*) и т. д. Эти грибы вызывают **неглубокие микозы**, которые при своевременной диагностике **довольно легко поддаются лечению**.

Но есть и более опасные виды. Один из них – криптококк (*Cryptococcus neoformans*) – вызывает менингит, или воспаление оболочек головного



мозга. Болезнь развивается по достаточно простой схеме: возбудитель, проникнув в организм через кожу или слизистые дыхательных путей, с током крови достигает полости черепа или проникает в спинномозговой канал, где вызывает воспалительный процесс в мозговых оболочках. Эта **«ползущая» инфекция** крайне опасна: она приводит к **тяжелому поражению нервной системы** и, довольно часто, к летальному исходу.

Излюбленные места грибов на теле человека – подошвы, ногти на ногах, межпальцевые промежутки, паховые сгибы, кожные складки под грудью, слизистые оболочки, волосистая часть головы. В местах «дислокации» грибка начинается активное шелушение, покраснение, зуд, ногти слоятся и трескаются, волосы ломаются, оставляя на поверхности волосистой части кожи головы несурзные «пеньки». А если в процесс вовлекаются внутренние

## ЗАРАЗИТЬСЯ ПРОЩЕ ВСЕГО:

Х при хождении босиком по песку на пляже, влажному полу в бассейне, сауне, по резиновому коврику или деревянной решетке в душе;

Х при ношении чужой обуви;  
Х при длительном ношении закрытой обуви (кроссовки, сапоги, ботинки);

Х во время процедуры педикюра/маникюра;

Х в быту, при тесном семейном контакте;

Х от домашних животных.

## В ПОСЛЕДНИЕ 20 ЛЕТ В МИРЕ НАБЛЮДАЕТСЯ СТРЕМИТЕЛЬНОЕ УВЕЛИЧЕНИЕ ЧИСЛА ЛЮДЕЙ, ИМЕЮЩИХ ГРИБКОВОЕ ЗАБОЛЕВАНИЕ.

По данным Всемирной организации здравоохранения, ими страдает каждый четвертый житель планеты, независимо от возраста.

Считается, что самая предрасположенная к грибковым заболеваниям группа людей, которые занимаются спортом. Первое «призовое» место по уровню заболеваемости заняли футболисты, второе и третье места поделили атлеты и пловцы. Совсем немного отстают от них военные, моряки и служащие, чья деятельность связана с ношением форменной обуви – сапог и тяжелых ботинок.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.



# ДВА «ГРИБОК»...

органы, точнее, их слизистые, то появляются выделения из носа, рта, уретры, ран, налет на языке и так далее...

## - А как можно «подхватить» грибок?

- Возбудителей грибковых инфекций можно встретить повсюду: в квартирах, на пляже, в бассейне, сауне, домашних тапочках и в других местах. Особой «популярностью» у грибка пользуются неокрашенные деревянные поверхности (решетчатые подставки в бане или ванной, полы дачного домика и пр.). Здесь грибок может дожидаться своего «хозяина» в течение двух лет. Также возможно заражение через безболезненные микротрещины, которые может заметить лишь специалист.

## - Грибковая инфекция, как любое заболевание, имеет свои симптомы. В каких случаях следует обратиться к врачу?

- Опасность грибковой инфекции в том, что люди слишком поздно обращаются к врачу, искренне считая себя здоровыми. Но в то же время активно распространяют ее. Не занимайтесь самолечением и срочно обратитесь к врачу, если у вас или ваших близких:

- тускнеют и крошатся ногти;
- шелушатся и трескаются пятки;
- появляется зуд и жжение в местах поражения;
- на пораженных участках появляются мелкие пузырьки,

которые лопаются и воспаляются;

- ломаются и выпадают волосы.

## Простые советы, которые помогут избежать неприятностей:

- всегда и везде пользуйтесь только своей обувью;
- обязательно переобувайтесь на работе в сменные туфли;
- в бане и сауне пользуйтесь только своим тазом, а на скамейку и полку в парной стелите индивидуальное полотенце;
- пользуйтесь специальной обувью при посещении пляжа, бассейна, бани, общественной душевой;

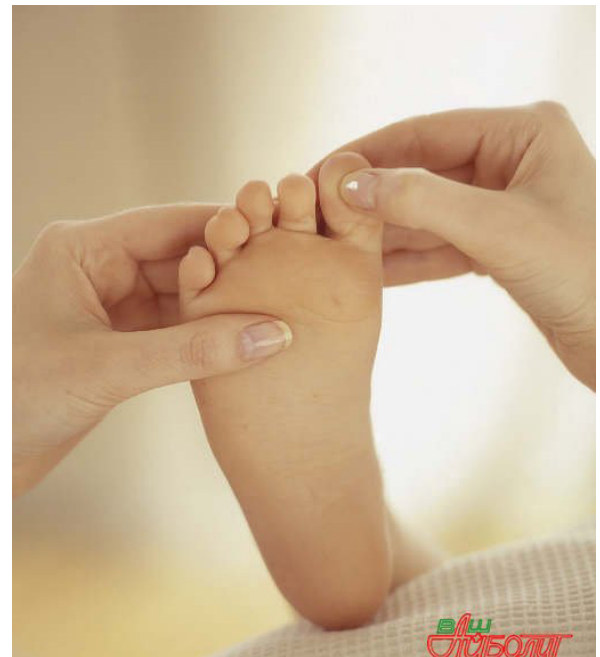
## - Какие профилактические меры вы посоветуете?

- Для профилактики можно делать горячие ванны с эвкалиптом, спорышем, ромашкой, шалфеем, дубовой корой. Антимикотическими свойствами обладают также хвоя пихты, трава чистотела, настойка прополиса на водке. После водных процедур тщательно вытирайте складочки между пальцами полотенцем, специально отведенным для ног, или просушивайте феном, желательнее смазать ногти и стопы противогрибковым кремом. Старайтесь избегать контакта с бродячими животными и не берите своих питомцев в постель. Ведите здоровый образ жизни, укрепляйте иммунитет.

## ПОЗАБОТЬТЕСЬ О ТАПОЧКАХ!

Для эффективного лечения грибка ног необходимо вовремя провести дезинфекцию обуви. Это можно сделать с помощью 20 - 40 % раствора формалина, раствора хлоргексидина биглюконата 1 % (их можно приобрести в аптеке по рецепту дерматолога). Также можно обработать обувь 40 % раствором уксусной кислоты.

Обувь и стельки тщательно протирают изнутри тампоном, смоченным одним из растворов, затем кладут его в носок обуви, упаковывают обувь в полиэтиленовый пакет и оставляют на 24 часа в теплом месте. Потом обувь проветривают до исчезновения запаха. Процедуру придется проводить несколько раз: одновременно с началом лечения грибка, потом ежемесячно в процессе лечения и последний раз в конце.



В медицинском центре «ЦЕЛДИ» вы можете пройти обследование на наличие в организме грибковой инфекции, а также записаться на прием к врачам дерматовенерологам в удобное для вас время.

**СОКОЛОВА  
ТАТЬЯНА ДМИТРИЕВНА**  
ведет прием по адресу:  
Шенсинский пр., 11.  
**Телефон** для справок:  
31-06-09.

**НАУМОВА  
ОЛЬГА СЕРГЕЕВНА**  
ведет прием по адресу:  
ул. Комарова, 7.  
**Телефоны** для справок:  
57-89-51, 57-99-66.

**КОЛОМОЕЦ  
ИРИНА АЛЕКСАНДРОВНА**  
ведет прием по адресу:  
пр. Победы, 133/19.  
**Телефон** для справок:  
26-95-23.

(диагностика и лечение заболеваний кожи, волос, ногтей, ЗППП)

Лицензия ООО «Диагностика» № 35-01-000617 от 31.03.2011; Лицензия ООО «Бионика» № 35-01-000489 от 26.08.2010; Лицензия ООО «Биомедика» – 35-01-000306 от 27.08.2009

На правах рекламы