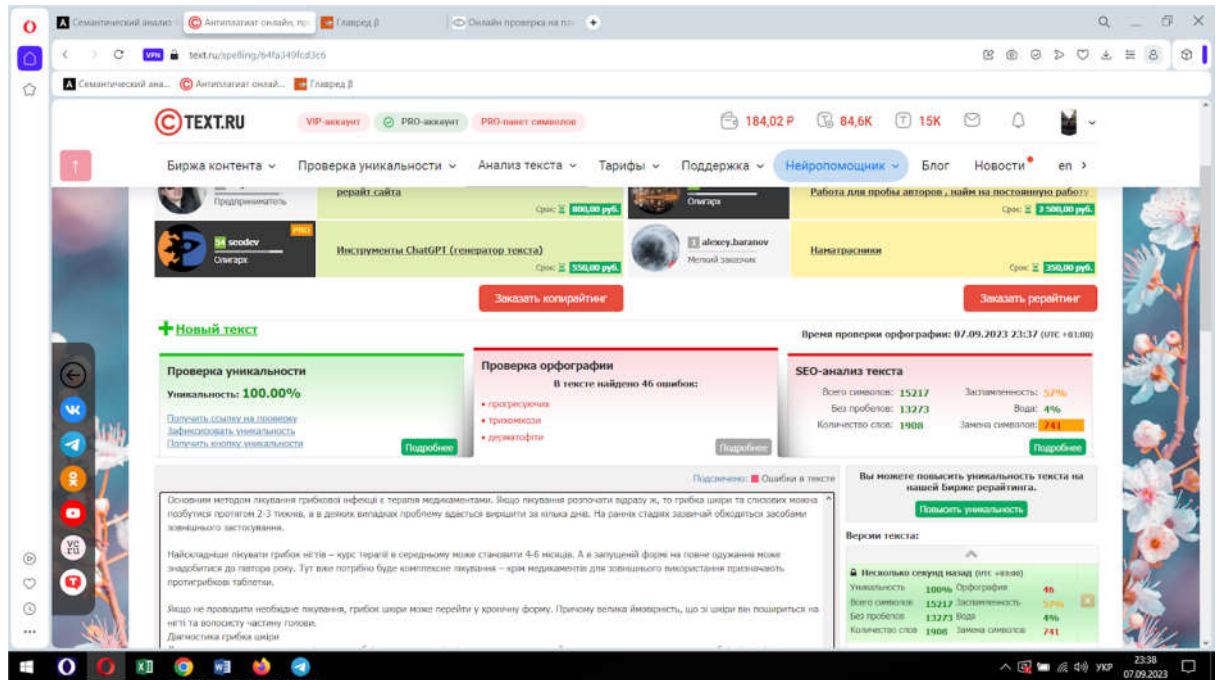


<https://kapitoly.com>



**УНІКАЛЬНІСТЬ:** <https://text.ru/spelling/64fa349fcd3c6>  
**СИМВОЛІВ:** 13 273

## Грибкова інфекція шкіри: симптоми, діагностика та сучасні методи лікування

### Що таке грибок?

Грибок шкіри (дерматомікоз, мікоз) – досить поширена група прогресуючих інфекційних захворювань, спричинених патогенними мікроорганізмами (грибками). Грибкова інфекція може вражати різні ділянки тіла – як стопи, так і обличчя. Також вона може з'явитися на волосистій частині голови (трихомікози), нігтях (оніхомікози) та слизових оболонках (кандидози).

Найбільше до грибкових інфекцій схильні діти та люди з пошкодженою шкірою (мікротріщини, виразки, рани, що не гояться). У дорослих найчастіше зустрічається грибок нігтів та стоп. Патогени токсично впливають на організм, знижуючи імунітет, ускладнюючи перебіг хронічних хвороб, а також сприяючи розвитку інших захворювань бактеріальної та вірусної природи.

При інфікуванні грибками шкіра набуває світлого або коричневого відтінку. А при контакті з подразником (гарячою чи холодною водою) уражена ділянка червоніє.

Чому ж з'являються мікози, як їх діагностувати та лікувати – ці та інші важливі питання розглянемо у статті.

## Симптоми та причини появи грибка шкіри на тілі людини

Мікози відносять до інфекційних захворювань, збудниками яких частіше стають дерматофіти (*Trichophyton*, *Microsporum*, *Epidermophyton*). Для підтримки життєдіяльності вони харчуються кератином, який міститься у волоссі, нігтях та шкірі.

Грибковою інфекцією можна заразитися при прямому контакті з хворою людиною, тваринами. Також патогени можуть бути на різних предметах побуту, одязі, у ґрунті. Найбільше люди ризикують заразитися грибком у громадських місцях із підвищеним рівнем вологості – саунах, басейнах тощо. Також у зоні ризику пляжі, масажні кабінети, спортзали, манікюрні салони. Також мікозом можна заразитися, катаючись на орендованому велосипеді – йдеться про генітальний грибок.

До причин стійкого розвитку патогенів в організмі можна віднести:

- зниження захисних функцій організму;
- тривалий прийом деяких медикаментів;
- недотримання правил особистої гігієни;
- надмірна пітливість;
- незбалансоване харчування;
- ендокринні захворювання;
- порушення метаболізму;
- проблеми зі сном, хронічний недосип;
- часта перевтома;
- надмірні психологічні навантаження;
- надмірний стрес.

## Види грибкових захворювань та їх симптоми

Як вже говорилося, мікози – це група інфекційних захворювань, яку класифікують по локалізації ураженої ділянки.

### 1. Мікоз стоп

Збудник захворювання – *Trichophyton rubrum*. Найчастіше грибок вражає нижню поверхню стопи та шкіру між пальцями. Шкіра на ураженій ділянці стає сухою, лущиться, грубіє, покривається висипом та червоніє, також з'являється неприємний запах, свербіж та болючість під час ходьби. Крім некомфортних відчуттів людина відчуває й естетичну незручність.

### 2. Мікоз волосистої частини голови – трихомікоз

Збудник захворювання – *Corynebacterium tenuis* (*Nocardia tenuis*). Найчастіше уражаються тім'яна та скронева зони, рідше потилиця. Під дією патогена волосся змінює колір, стає крихким та обламується, з'являються численні ділянки невеликого розміру рожевого кольору з частковим або повним випаданням волосся, посилюється секреція сальних залоз.

За відсутності лікування грибок волосистої частини голови поширюється далі, провокуючи випадання волосся з рубцюванням фолікул та розвиток гнійних запалень.

### 3. Мікоз гладкої шкіри

Збудник захворювання – *Malassezia furfur*. Грибок викликає різнобарвний лишай та найчастіше вражає груди, живіт. Інфікування шкіри протікає без симптомів, за винятком численних плям рожевого кольору, що лущаться. Згодом вони набувають коричневого або жовтого відтінку, покриваються грубими лусочками та потім зливаються у велику інфіковану зону.

У запущеній формі грибок вражає нові ділянки шкіри, що призводить до масштабного інфікування.

### 4. Мікоз кистей

Збудник захворювання – *Trichophyton rubrum*. При зараженні шкіра в згинальних борозенках на долонях та між пальцями починає лущитися, з'являються мікротріщини, стійка сверблячка, почервоніння. Крім неприємних відчуттів захворювання псує естетику рук, негативно позначаючись на самооцінці людини.

### 5. Мікоз нігтів – оніхомікоз

Збудник захворювання – *Trichophyton interdigitale*, *Trichophyton rubrum*, *Trichophyton tonsurans*. Найчастіше уражається нігтьова пластина пальців стоп. Нігті втрачають блиск, змінюють колір на білий або жовто-коричневий, нігтьові пластини та область нігтьових валиків розшаровуються, стають ламкими та збільшуються у товщині, на поверхні нігтів з'являються гребені, борозни, ямки. Все це супроводжується свербінням, набряклістю, почервонінням.

Ігнорування захворювання може призвести до відшарування нігтя та його незворотної втрати. А у хворих на цукровий діабет грибок може спровокувати розвиток “діабетичної стопи”.

### 6. Мікоз обличчя

Збудник захворювання – *Malassezia furfur*, гриби роду *Trichophyton*. При інфікуванні шкіри обличчя з'являються висипання неправильної форми різного розміру (пустули). Їх колір може змінюватись від рожевого до яскраво-червоного. Шкірні покриви стають горбистими, лущаться та сверблять. Пошкоджуючи шкіру, грибкова інфекція сприяє прискореному проникненню бактерій, що негативно впливає на стан людини в цілому.

### 7. Мікоз слизових – кандидози

Збудник захворювання – грибок *Candida albicans*. Він вражає слизові оболонки ротової порожнини (кандидозний стоматит) – у цьому випадку недуга проявляється у вигляді нальоту білого кольору на язичку, задній стінці горлянки, слизової щік. Уражені ділянки можуть почервоніти, з'являється сухість, глибоке ураження супроводжується печінням та свербінням.

Також дріжджові грибки можуть викликати ураження статевих органів – для чоловіків характерний кандидозний баланіт, для жінок вагінальний кандидоз (молочниця). Симптомами даного захворювання є: виділення білого кольору з грудочками, які нагадують кисле молоко, почервоніння зовнішніх статевих органів, поява неприємного запаху, свербіж, болючість при статевому контакті та сечовипусканні.

Кандидози не тільки доставляють безліч неприємних відчуттів, а й небезпечні тим, що можуть вражати органи сечової системи.

Незалежно від локалізації важливо своєчасно реагувати на появу грибка, щоб він не поширився та не викликав ускладнення. Тому за найменших ознак захворювання варто відразу звернутися за консультацією до лікаря, який призначить правильне лікування.

## Стадії розвитку грибкових захворювань шкіри

Мікози – не застуда. Це захворювання, яке за відсутності належного лікування "захоплює" нові ділянки шкіри та переходить у запущену стадію. Тому не потрібно залишати без уваги перші симптоми, такі як зміна текстури та кольору шкіри, поява сверблячки, лущення. У запущеній формі грибок має більш виражений характер, причому не лише візуальний. У цьому випадку він характеризується глибоким ураженням – ушкодженням внутрішніх органів. Наприклад, при інфікуванні легень підвищується температура, з'являється задишка та кашель із густими виділеннями. А потрапляння грибка до кровоносної системи загрожує сепсисом.

Основним методом лікування грибкової інфекції є терапія медикаментами. Якщо лікування розпочати відразу ж, то грибка шкіри та слизових можна позбутися протягом 2-3 тижнів, а в деяких випадках проблему вдається вирішити за кілька днів. На ранніх стадіях зазвичай обходяться засобами зовнішнього застосування.

Найскладніше лікувати грибок нігтів – курс терапії в середньому може становити 4-6 місяців. А в запущеній формі на повне одужання може знадобитися до півтора року. Тут вже потрібно буде комплексне лікування – крім медикаментів для зовнішнього використання призначають протигрибкові таблетки.

Якщо не проводити необхідне лікування, грибок шкіри може перейти у хронічну форму. Причому велика ймовірність, що зі шкіри він розповсюдиться на нігті та волосисту частину голови.

## Діагностика грибка шкіри

Для встановлення правильного діагнозу необхідна консультація лікаря-дерматолога, який проводить огляд та призначає необхідні дослідження. Похід до фахівця не потребує особливої підготовки. Єдине, потрібно зняти лак з уражених нігтьових пластин, не стригти нігті та не користуватися засобами для догляду за шкірою.

Діагностика грибкових інфекцій включає:

- опитування пацієнта, візуальний огляд. Лікар оглядає уражену ділянку та збирає анамнез на основі слів пацієнта;
- дерматоскопія. Безконтактна діагностика, що передбачає огляд ділянки під багаторазовим збільшенням;

- проба Бальзера (йодна проба). Простий та доступний метод, що дозволяє виявити різнобарвний лишай;
- лабораторні аналізи. Для підтвердження зараження грибковою інфекцією проводиться зіскрібок зі шкіри або нігтя, мазок зі слизових. Також призначається біохімічний аналіз крові.

На основі отриманих результатів лікар призначає відповідний протокол лікування.

## Лікування грибкового захворювання шкіри у людини

Варто пам'ятати, що запорукою правильного та безпечного лікування грибкової інфекції є своєчасне звернення до відповідного фахівця. Тільки в цьому випадку вдається повністю позбутися захворювання та уникнути ускладнень.

Залежно від складності випадку дерматолог призначає певне лікування.

### Початкова стадія

На ранній стадії зазвичай достатньо застосування зовнішніх засобів місцевої дії. Їхня ефективність обумовлена активними речовинами високої концентрації, які цілеспрямовано впливають на грибки, що більшою мірою перебувають на поверхні шкіри, нігтів.

### ТОП-3 найкращих зовнішніх препаратів для лікування мікозів:

- **Мазі.** "Клотримазол" з аналогічною активною речовиною – ефективно бореться з грибковими ураженнями шкіри та слизових оболонок. "Мікозорал" на основі кетоконазолу – показує високі результати в лікуванні мікозів кистей, стоп, гладкої шкіри, грибка в паховій ділянці. "Ламізил" на основі тербінафіну гідрохлориду – призначений для лікування грибкових інфекцій шкіри, у тому числі кандидозу;
- **Гелі.** "Вартнер" на основі 1,5-пентандіолу, пропіленгліколю, диметикону – використовується для лікування оніхомікозів, сприяє відновленню нігтьової пластини. "Екзифін" на основі тербінафіну – бореться з грибами роду *Trichophyton*, *Malassezia*. "Фуцис" на основі флуконазолу – показує високу ефективність при лікуванні грибка гладкої шкіри, пахової епідермофітії та інфекцій, спричинених грибами роду *Candida*;
- **Спреї.** "Тербінафін" з широким спектром дії на основі гідрохлориду тербінафіну – показаний для лікування та профілактики мікозів стоп та інших грибкових інфекцій шкіри. "Мікоцид" на основі тетранілу U – використовується для лікування грибка стоп та нігтів. "Тербінорм" на основі тербінафіну – лікує такі грибкові інфекції шкіри як мікоз стоп, різнобарвний та стригучий лишай та ін.;
- **Лаки.** "Амодерм Нео" на основі аморолфіну, "Цикложен" на основі циклопіроксу, "Онixelп" на основі аморолфіну – всі вони призначаються при легкому та помірному ступені тяжкості оніхомікозу без пошкодження матриксу.

Тривалість лікування залежить від роду грибка та в середньому становить 1-4 тижні. Однак для закріплення результату рекомендується наносити засіб протягом 2-х тижнів після зникнення симптомів. У випадку лаків лікування займає в середньому 4-6 місяців.

При більш запущених стадіях призначають комплексне лікування – на додаток до зовнішніх засобів необхідно приймати таблетки.

### ТОП-3 системних антигрибкових ліків:

- “Тербінафін-КВ” на основі аналогічної діючої речовини – препарат широкого спектру дії, який призначають при мікозах, викликаних грибками роду *Trichophyton* та *Microsporum* (оніхомікоз, “стригучий” лишай);
- “Ламікон” на основі тербінафіну – використовується у терапії грибкових інфекцій шкіри та оніхомікозу;
- “Гризеофульвін” на основі гризеофульвіну – застосовується при мікозах волосся, шкіри та нігтів, спричинених грибками *Microsporum*, *Trichophyton*, *Epidermophyton*.

Рекомендована тривалість лікування таблетками – 2-4 тижні при мікозі шкіри та волосистої частини голови, від 6 тижнів до 3-х місяців при оніхомікозі.

Для прискорення одужання рекомендується дотримуватися раціону правильного харчування з включенням вітамінів, таких як вітамін Е, А, D, С, групи В.

## Лікування в домашніх умовах народними засобами

Найкраще боротися з грибком, дотримуючись протоколу лікування, який призначив лікар. Однак на початковій стадії можна звернутися до народної медицини.

### До найефективніших народних засобів відносяться:

- **Йод.** Дозволяє запобігти поширенню грибкової інфекції на нігтях та ступнях. Однак йод потрібно використовувати з обережністю, тому що він може спричинити опік. Засіб наносять на ніготь або ступні, надягають шкарпетки та залишають на ніч;
- **Ефірні олії.** Найефективнішими вважаються олії евкаліпту та чайного дерева – їх використовують для ванн та компресів. У першому випадку 10 крапель олії розводять у 3-х л теплої води та опускають в отриманий розчин ноги на 20 хвилин. Після цього ступні слід укутати рушником на 15 хвилин. Для компресів змішати олію з теплою водою в співвідношенні 1:1, нанести склад на ватний диск та прикласти до інфікованої ділянки, замотати бинтом. Через 60 хвилин зачистити оброблене місце стерильною пилкою;
- **Трав'яні відвари.** Відвари з лікарських трав, таких як ромашка, календула та м'ята, пригнічують ріст патогенних грибків. Квіти та листя кип'ятять протягом півгодини, потім настоюють у прохолодному місці 5 днів. Готовим відваром обробляють уражені ділянки;
- **Часник.** Потужний протигрибковий засіб, що використовують у вигляді лосьйону. Для його приготування беруть спирт та сік часнику в однаковому співвідношенні, отриманий склад розводять чистою водою. Уражені грибом зони змащують лосьйоном на ніч та обмотують марлею по типу оклюзійної пов'язки;
- **Кето- дієта.** З раціону виключають продукти з високим вмістом вуглеводів (особливо цукор), які є поживними речовинами для грибків. Опинившись у стані голодування, патогени загинуть.

## Лікування грибкового захворювання у вагітних

Під час виношування дитини у жінок слабшає імунітет, що часто спричиняє розвиток грибка на ногах. Як правило, при вагітності для боротьби з грибовими інфекціями не використовують пероральні засоби (таблетки), що пов'язане з ризиком їхнього негативного відображення на розвитку плода. Тому найчастіше лікування проводиться місцевими засобами (антигістамінними препаратами, що знімають свербіж, примочками), але лише під суворим наглядом лікаря.

При кандидозі під час вагітності для відновлення мікрофлори та зміцнення імунітету застосовують пробіотики. Також у цей період можна використовувати вагінальні свічки "Пімафуцин". До застосування зовнішніх антимікозних засобів для лікування грибка шкіри потрібно підходити з обережністю, оскільки не всі можна використовувати. У списку дозволених "Нітрофунгін", "Мікогель", "Екзодерил", "Міконазол". Проте застосовувати їх слід під суворим наглядом лікаря.

## Лікування грибкового захворювання шкіри у дітей

Найчастіше діти схильні до грибкового ураження волосистої частини голови, кистей, кандидозу слизової рота, мікроспоріям (стригучому лишая). Набагато рідше зустрічається оніхомікоз.

Грибкові захворювання у дітей часто можна сплутати з іншими хворобами (авітамінозом, псоріазом та ін.). Тому, перш ніж розпочинати самостійне лікування, потрібно обов'язково проконсультуватися з дерматологом.

Для усунення патогенного середовища застосовують монотерапію зовнішніми засобами або призначають лікування місцевими засобами в комплексі з протигрибовими, антигістамінними та імуномодулюючими препаратами. Як додаткове лікування можуть застосовуватися фізіопроцедури – імпульсна магнітотерапія, процедури з використанням Дарсонвалю.

## Профілактика захворювань грибком шкіри

Для запобігання зараженню грибовими інфекціями та щоб уникнути рецидивів потрібно дотримуватися певних правил:

- користуватися лише своїми предметами особистої гігієни (рушником, зубною щіткою та ін.);
- щодня приймати водні процедури, після яких насухо витирати тіло;
- не ходити босоніж по спортзалу, басейну, лазні, пляжу;
- носити зручне вільне взуття;
- не одягати чужий одяг, взуття;
- щодня міняти нижню білизну, шкарпетки;
- відвідувати перевірені салони краси, де якісно знезаражують інструменти.

Очевидно, що мікози – непросте захворювання, яке має різну симптоматику та потребує грамотного підходу до терапії. Чим довше ви відкладаєте візит до фахівця, сподіваючись на ефективність самолікування, тим складніше, триваліше та витратніше буде позбутися грибкового ураження. Тому за перших ознак захворювання краще відразу звернутися до дерматолога. Бережіть себе та своє здоров'я!