

V SKRBI ZA VAŠE ZDRAVJE



GLIVIČNE OKUŽBE KOŽE

Mateja Dolenc Voljč



*Naša inovativnost in znanje
za učinkovite in varne
izdelke vrhunske kakovosti.*

asist. mag. Mateja Dolenc Voljč, dr. med.

Klinični center Ljubljana

Dermatovenerološka klinika

Zaloška 2, 1000 Ljubljana

Glivične okužbe kože

Glivične okužbe kože so ena od najpogostejših kožnih bolezni. Po epidemioloških podatkih zbolijo za njimi vsaj enkrat v življenju najmanj 10 odstotkov ljudi. Pri ljudeh v srednjih letih in pri starejših je pogostost glivičnih okužb kože še večja, ocenjujejo jo celo na 30 odstotkov.

Zaradi sprememb v načinu življenja, staranja prebivalstva, vedno večjega števila bolnikov s kroničnimi boleznimi in boleznimi, ki zmanjšajo imunsko odpornost, in zaradi vedno večje uporabe širokospektralnih antibiotikov bo njihova pogostost v prihodnje verjetno še naraščala.

Ali vse glive povzročajo okužbe

Glive so v naravi povsod prisotni in nepogrešljivi mikroorganizmi. **Poznamo vsaj 250.000 različnih gliv. Približno 100 jih je potencialno patogenih za ljudi in živali.** Pred okužbo kože z glivami nas naravno ščitita loj in stalno obnavljanje povrhnjice, ob pojavu okužbe pa se pridružijo tudi imunski obrambni mehanizmi.

Okužbe na koži povzročajo različne glive, ki jim največkrat rečemo kar glivice. Po njihovih značilnostih jih delimo na dermatofite, kvasovke in plesni. Dermatofiti povzročajo najmanj dve tretjini vseh glivičnih okužb kože, kvasovke približno tretjino, plesni pa le nekaj odstotkov. Razširjenost posameznih glivic je v različnih delih sveta različna. Pri nas so povzročitelji podobni kot v drugih razvitih delih sveta.

Kako se okužimo

Z glivicami, ki povzročajo okužbe na koži, najpogosteje pridemo v stik v zunanjem okolju:

- prek okuženih živali (zoofilni dermatofiti),
- okužene zemlje (geofilni dermatofiti),
- z neposrednim ali s posrednim prenosom med ljudmi (antropofilni dermatofiti, kvasovke, plesni).

Med živalmi so najpogostejši vir okužbe okužene mačke, ki prenašajo mikrosporijo (mačja bolezen). Pogosti so tudi glodavci (zajčki, hrčki, morski prašički), včasih tudi psi, govedo, redkeje konji in perjad.



Okužbe prek zemlje so redke in se pojavljajo predvsem poleti.

Med ljudmi so najbolj razširjene okužbe z antropofilnimi dermatofiti. Z njimi se najpogosteje okužimo na vlažnih in toplih površinah, kjer se zadržuje veliko ljudi (skupne umivalnice, kopališča, zdravilišča, športni objekti). Vir okužbe so najpogosteje ljudje s prikrito potekajočo glivično okužbo stopal. Med družinskimi člani je možen neposreden prenos okužbe z dotikom in posreden prenos prek okuženih predmetov (obuval, oblačil, brisač).



Kdo je bolj dovzeten za okužbe kože

Za glivične okužbe kože nismo vsi enako dovzetni. Pogostejše so pri starejših ljudeh, bolnikih s sladkorno boleznijo, z okužbo s HIV, z drugimi boleznimi, ki zmanjšajo imunsko odpornost, in z malignimi boleznimi.

Za okužbe stopal so bolj dovzetni ljudje, ki imajo bolezni perifernega žilja, perifernega živčevja, ortopedske nepravilnosti stopal in pogoste poškodbe nohtov ali kože stopal. Pogoste so tudi pri mlajših, sicer zdravih ljudeh, predvsem pri tistih, ki se veliko ukvarjajo s športom ali nosijo tesno obutev. Ponavljajoče se poškodbe kože stopal in nohtov, pa čeprav manjše, glivicam olajšajo vstop v kožo.



Nekateri menijo, da se dovzetnost za glivične okužbe podeduje, vendar zaenkrat za to ni dokazov.

Pri otrocih in mladostnikih so pogostejše okužbe z glivicami, ki jih prenašajo živali, poklicno pa so jim bolj izpostavljeni kmetovalci in veterinarji.

Kaj nas opozori na morebitno okužbo

Glivice povzročajo na koži pestro paleto kliničnih sprememb. Različne glivice povzročajo nastanek podobnih vnetnih sprememb, ista glivica pa lahko povzroči različne spremembe. Po spremembah na koži je glivične okužbe včasih težko ločiti od drugih kožnih bolezni. **Na začetku okužbe se običajno pojavi rdečina z luščenjem, včasih tudi drobni mehurčki in blag srbež.** Intenzivnost vnetnih žarišč je odvisna od več dejavnikov: lokalizacije okužbe, vrste povzročitelja, trajanja okužbe in imunske odpornosti organizma.



Glivična okužba stopal

Stopala so najpogostejše vstopno mesto za okužbo z antropofilnimi dermatofiti. Glivična okužba stopal je ena izmed najbolj razširjenih glivičnih okužb kože. Obolevajo ljudje v vseh življenjskih obdobjih, pri mlajših je pogosta zlasti med športniki. Izgled vnetnih sprememb je v precejšnji meri odvisen od vrste povzročitelja.

Okužba se pogosto začne med tretjim in petim prstom. Včasih več let poteka prikrito, z blagim, komaj opaznim luščenjem medprstnih prostorov in podplatov. Ker nam ne povzroča večjih težav, jo pogosto spregledamo in je ne zdravimo. Če okužba napreduje, se pojavijo rdečina, izrazitejše luščenje, vnetni izcedek ali drobni vodeni mehurčki. Poslabšanje pogosto opazimo poleti, ko je koža zaradi potenja bolj vlažna.

Prvi znak, ki nas opozori na okužbo kože stopal, je srbenje, kasneje skelenje ali bolečine pri hoji. Nezdravljena okužba kože stopal se po nekaj mesecih ali letih prenese na nohte nog.

Glivična okužba nohtov

Na nohtih nog se okužba praviloma začne na prostem delu nohta, na palcu. Noht se rumenkasto obarva, odstopa od podnohtja, postane zadebeljen, krhek in lomljiv. Z leti se površina obolelega nohta širi navzgor proti zarodnemu delu. Kadar je okužen ta del nohta, postane vsa nohtna plošča zadebeljena in deformirana. V tej fazi se pridružijo bolečine pri hoji in vnetje kožice ob nohtu. **Sčasoma se glivice prenesejo tudi na druge nohte nog.**

Okužba na nohtih poteka kronično in napreduje počasneje kot na koži. **Nezdravljena okužba se s kože ali z nohtov stopal prenese na druge dele telesa, najpogosteje v dimlje, na dlani, nohte rok in kožo trupa.**

Čeprav so glivične okužbe nohtov zelo pogoste, pa vseh sprememb na nohtih ne moremo pripisati tem okužbam. Podobne spremembe na nohtih povzročajo tudi nekatere druge kožne bolezni ali motnje v prekrvitvi spodnjih okončin.



Glivične okužbe trupa in okončin

Glivične okužbe kože se zelo pogosto pojavljajo na trupu in okončinah. **Značilen pojav za okužbo teh predelov je ostro omejena rdečina s poudarjenim robom in drobnim luščenjem, širjenjem vnetja navzven in centralno z znaki izginjanja rdečine.** Žarišče je sprva eno samo, kasneje jih je lahko več in so razporejena nesimetrično. S širjenjem lahko v nekaj tednih dosežejo velikost dlani ali celo večjo površino. Na obrazu ali z dlakami bolj porasli koži je izgled okužbe lahko neznačilen. Včasih so prisotne le manjše vnetne buncice, neostro omejena rdeča lisa ali globlja vnetna zadebelitev.



Glivične okužbe lasišča

Glivične okužbe lasišča so pogostejše pri manjših otrocih, pri odraslih so redke. Pri nas jih povzročajo predvsem zoofilni dermatofiti (mikrosporija). Nanje moramo pomisliti pri omejenem luščenju kože lasišča in pri odlamljanju las nekaj milimetrov nad površino kože.



Okužbe kože s kvasovkami

Kvasovke so posebna skupina gliv, ki povzročajo okužbe na koži in sluznicah, pri imunsko oslabeledih ljudeh pa lahko tudi sistemske okužbe notranjih organov. **Za okužbo kože morajo vedno obstajati ustrezni pogoji, ki omogočajo razmnoževanje kvasovk.**

Posebej so dovzetni bolniki s sladkorno boleznijo, imunsko oslabeledi bolniki, ljudje s povečano telesno težo in pomanjkljivo higieno. Okužbe dlani in nohtov rok se pojavljajo pri ženskah, ki pogosto močijo roke (kuharice, čistilke, medicinsko osebje). Dovzetnost zanje povečuje tudi zdravljenje z antibiotiki, jemanje kontracepcijskih tablet, slabokrvnost zaradi pomanjkanja železa, včasih tudi motnje v delovanju ščitnice in nadledvične žleze.

Okužbe na koži se pojavljajo predvsem v kožnih gubah trupa in okončin z rdečino, luščenjem in močnim srbenjem. Na nohtih rok se vnetje praviloma začne s pordelo kožo obnohtja, v nekaj tednih pa se okužba preseli še na nohtno ploščo. Okužbe nohtov rok in obnohtja spremljajo bolečina pri delu, moteč estetski izgled in pogosto zaskrbljenost zaradi možnosti prenosa okužbe na druge ljudi.

Pityriasis versicolor

Pityriasis versicolor je ena izmed najbolj razširjenih glivičnih okužb kože. Povzročča jo kvasovka *Malassezia*. Zanj nekateri uporabljajo manj primeren izraz »kožna plesen«.

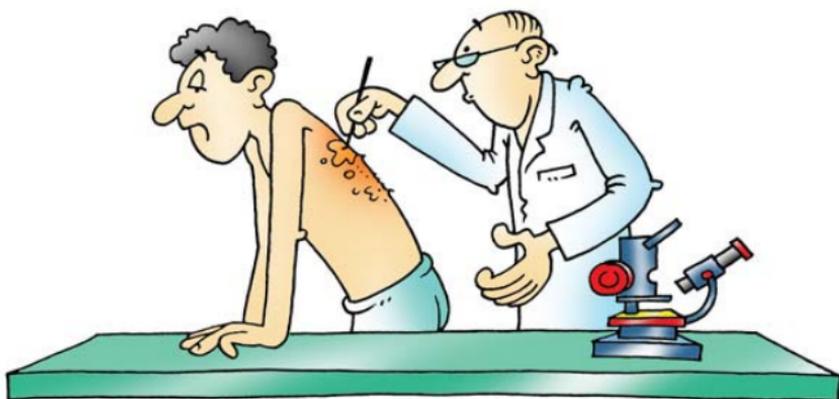
Ta okužba je vedno prisotna le v najvrhnejših slojih kože. **Povzročča značilne manjše belkaste ali svetlo rožnate lise s komaj opaznim, drobnim luščenjem na zgornjem delu trupa in rok, ramenih, vratu, včasih tudi na obrazu in lasišču.** Pogostejša je v poletnih mesecih. Zaradi motenj v sintezi kožnega pigmenta obolela žarišča na soncu ne porjavijo.

Za to bolezen so bolj dovzetni ljudje, ki se iz različnih razlogov veliko potijo, nosijo tesna, manj zračna oblačila in se pogosto negujejo z mastnimi kremami, ter imunsko oslabei bolniki. Po ozdravitvi so pogoste ponovitve.

Samo zdravnik lahko dokončno potrdi, da gre za glivično okužbo

Glivične okužbe kože so po izgledu lahko podobne drugim kožnim boleznim. Za ugotovitev prave narave bolezni in za uspešno zdravljenje je treba obolelo kožo pogosto tudi laboratorijsko pregledati, opraviti mikološki pregled.

Prisotnost glivic na koži ugotavljamo v posebej specializiranih laboratorijih. Z obolelega žarišča na koži postrgamo kožne luske, pri okužbah nohtov pa oboleli del nohta. Pregled sestoji iz dveh delov: takojšnjega mikroskopskega pregleda in zahtevnejše določitve povzročitelja na posebnih gojiščih. Poznavanje vzročne glivice omogoča ugotovitev vira okužbe in olajša izbiro ustreznega zdravila.



Zakaj moramo glivice čimprej začeti zdraviti

Glivične okužbe kože ne ogrožajo življenja, poslabšajo pa njegovo kakovost. Ljudem povzročajo veliko zdravstvenih težav, nekatere zaplete in zaskrbljenost. **Če jih ne zdravimo, potekajo kronično, se širijo po telesu, prodirajo iz povrhnjice v globlje sloje kože in se prenašajo na druge ljudi.** Spontane ozdravitve so verjetno izjemno redke, v praksi jih ne opažamo. Nekatere okužbe lahko povzročajo na koži trajne poškodbe z brazgotinami. Okužba z dermatofiti ostane le na koži in se ne širi v notranje organe. Okužba kože s kvasovkami je pri imunsko oslabeledih bolnikih lahko vir sistemske okužbe.

Zaradi glivične okužbe kože je olajšan vstop drugim mikroorganizmom v kožo in posledično v telo. Nevarne so predvsem okužbe z bakterijami, ki povzročajo boleča vnetja obnohtja, vnetja kože in podkožja na večjem delu okončine ali šen.

Ob sumu glivične okužbe kože je zato priporočljiv obisk pri zdravniku in čimprejšnji začetek zdravljenja. Zaradi možnih zapletov jim moramo posvetiti posebno pozornost pri bolnikih s sladkorno boleznijo in pri imunsko oslabeledih bolnikih.

Zdravljenje glivičnih okužb kože

Za zdravljenje glivičnih okužb kože imamo danes na voljo več učinkovitih zdravil – antimikotikov.

Lokalni antimikotiki so v obliki krem, mazil, posipov, šamponov ali laka za nohte. Z njimi pozdravimo večino glivičnih okužb, ki so v vrhnjih slojih kože, potekajo krajši čas in so omejene na manjšo površino.

Pri kroničnih in napredujajočih okužbah kože in nohtov je učinkovitejše zdravljenje s **sistemskimi antimikotiki** v obliki tablet ali kapsul. Zadnjih deset let so vse pogosteje uporabljeni novi, zelo učinkoviti antimikotiki, kot so terbinafin, flukonazol in itraconazol. **Nekatere raziskave ugotavljajo, da pri zdravljenju okužb nohtov nog s terbinafinom dosežemo dolgoročno boljše uspehe kot z drugimi antimikotiki. Pri okužbah s kvasovkami so učinkovitejši azolni antimikotiki (flukonazol, itraconazol).**

Neželeni učinki so redki in blagi. Najpogosteje opazamo lažje prehodne prebavne težave, zelo redko slabost, bruhanje, bolečine v trebuhu ali motnje v delovanju jeter. Če se pojavijo kakršne koli težave, je potreben posvet z zdravnikom.

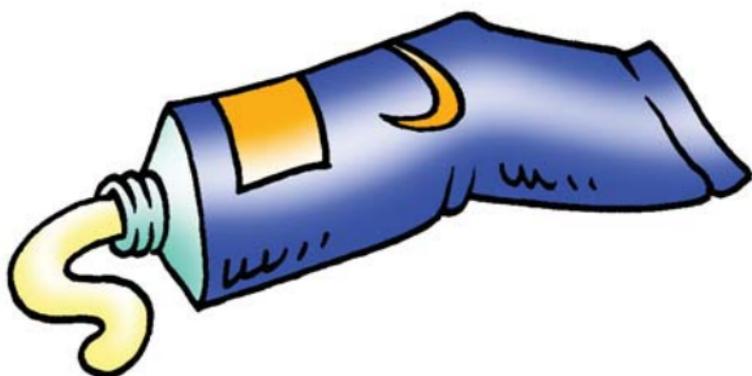


Kaj morate vedeti pri zdravljenju z antimikotiki

Pri zdravljenju glivičnih okužb kože sta potrebni potrpežljivost in vztrajnost. Zdravljenje je uspešnejše in enostavnejše, če z njim začnemo čimprej.

Z lokalnimi zdravili zdravimo okužbe na koži najmanj en mesec, na nohtih pa vsaj pol leta. Glede časa zdravljenja je treba upoštevati zdravnikova navodila. Zdravljenje okužbe na koži traja dlje, kot je potrebno za izboljšanje vnetnih znakov. Če zdravila prezgodaj opustimo, se okužba lahko ponovi.

Zdravljenje s sistemskimi antimikotiki traja različno dolgo. Za okužbe kože zadošča 4- do 6- tedensko zdravljenje, okužbe lasišča pa je včasih treba zdraviti več mesecev. Najdaljše je zdravljenje okužb nohtov. Okužbe nohtov rok zdravimo dva meseca, okužbe nohtov nog tri mesece, včasih tudi dlje. Izboljšanje sprememb na nohtih je odvisno od hitrosti njihove rasti in je navadno očitno šele nekaj mesecev po koncu jemanja zdravil.



Sistemskih antimikotikov ne smejo jemati nosečnice, doječe matere, bolniki z jetrnimi boleznimi ali znano alergijo na ta zdravila. Previdnost je potrebna pri bolnikih z ledvičnimi boleznimi in pri manjših otrocih.

Nekateri od sistemskih antimikotikov lahko vplivajo na presnovo drugih zdravil. Medsebojnih učinkovanj je nekoliko več pri zdravljenju z azolnimi antimikotiki. Previdnost je potrebna pri sočasnem jemanju nekaterih zdravil za zdravljenje sladkorne bolezni in zvišane ravni maščob v krvi, zaviralcev strjevanja krvi, nekaterih zdravil za zdravljenje alergije, depresije, zvišanega krvnega tlaka in zaviralcev imunskega odgovora.

Sistemske antimikotike predpiše zdravnik, nekatere lokalne antimikotike pa lahko kupimo tudi v lekarni brez zdravniškega recepta in so namenjeni tistim, ki svoje simptome že poznajo in si poskušajo sami pomagati.



Kako lahko glivične okužbe kože preprečimo

Pri preprečevanju glivičnih okužb kože mora biti naša pozornost usmerjena predvsem na stopala.

Obisku javnih kopališč se zaradi večje možnosti okužbe ni treba odpovedati. Zaščitimo se lahko z nošenjem plastične obutve. Obutev iz naravnih materialov je za ta namen manj primerna. Posebni bazeni za razkuževanje stopal ob prihodu in odhodu nas pred okužbo z glivicami verjetno ne zaščitijo dovolj. Za ljudi, ki so bolj dovzetni za te okužbe, je po odhodu s kopališča priporočljiva enkratna uporaba antimikotičnega posipa, antimikotika v pršilu ali šamponu.



Med drugimi ukrepi je najpomembneje, da skrbimo za ustrezno higieno in za to, da bo koža stopal čim bolj suha, zlasti v medprstnih prostorih. Priporočljiva je vsakodnevna menjava nogavic, ki jih lahko operemo na 60 °C, ter nošenje udobne, ne pretesne obutve. V poletnih mesecih, ko se bolj potimo, naj bo obutev čim bolj odprta, v zimskem obdobju pa čim bolj topla.

Za ljudi z motnjami v prekrvitvi nog je priporočljiva primerna telesna dejavnost, ki izboljšuje krvni obtok.



Priporočamo redno samopregledovanje kože stopal, če se pojavijo nenormalne spremembe na koži ali nohtih, pa posvet z zdravnikom in čimprejšnji začetek zdravljenja.



Med okužbami z zoofilnimi dermatofiti je v Sloveniji najbolj razširjena mikrosporija. Na ljudi jo najpogosteje prenašajo mlade mucke in potepuške mačke. Pri nakupu domačih živali je zato potrebna previdnost. Okužbe z zoofilnimi dermatofiti moramo zdravniki v Sloveniji obvezno prijavljati Zavodu za zdravstveno varstvo. Pri sumu okužbe pri domači živali je potreben posvet z veterinarjem.

Knjižice iz zbirke V skrbi za vaše zdravje so na voljo tudi na spletni strani www.krka.si/zdravje.

Več informacij o glivičnih okužbah kože dobite na spletni strani www.ezdravje.com/dermatologija.

Izdala in založila

Krka, d. d., Novo mesto

Nastalo v sodelovanju z

Združenjem slovenskih dermatovenerologov

Ilustracije

Bojan Sumrak

Tisk

Kočevski tisk, 2005

V okviru določil zakona o avtorskih pravicah je to knjižico in njene dele brez pisnega dovoljenja izdajatelja in avtorja prepovedano razmnoževati, predelovati in javno objavljati.



Z glivicami, ki povzročajo okužbe na koži,
najpogosteje pridemo v stik
v zunanjem okolju.

Glivice povzročajo na koži pestro
paleto kliničnih sprememb.



Če jih ne zdravimo, potekajo kronično,
se širijo po telesu, prodirajo iz povrhnjice
v globlje sloje kože in se prenašajo
na druge ljudi.

Zdravljenje je uspešnejše in
enostavnejše, če z njim začnemo čimprej.



Pri preprečevanju glivičnih okužb kože mora
biti naša pozornost usmerjena predvsem
na stopala.



Krka, d. d., Novo mesto
Šmarješka cesta 6
8501 Novo mesto
www.krka.si