**Грибок (микозы)**

Микозами или грибковыми заболеваниями называют группу кожных болезней человека, вызываемых грибками. Грибковые заболевания (микозы) составляют значительную часть инфекционной патологии кожи. Возбудителями микозов являются антропофильные грибы, паразитирующие на человеке, зоофильные грибы, переносимые животными, а также условно-патогенные грибы, в основном дрожжеподобные грибы рода Candida.

Грибки развиваются в нейтральной или слабо щелочной среде. Наиболее благоприятным значением РН для грибков является 6 — 6,7. Грибки легко переносят низкие температуры ( остаются жизнеспособны и сохраняют способность вызывать развитие микоза даже после замораживания).

Грибок, способный вызывать поражение ногтей, заразен для человека. Грибок передается контактным путем при попадании грибковой инфекции с кожи больного на кожу здорового человека. При этом у больного не обязательно должны быть больны ногти. Грибки могут жить на коже стоп, ладоней, межпальцевых промежутков и на других участках тела.

Причины появления грибка (микозов)

Факторы, провоцирующие возникновение и развитие микозов (грибка):

 "внешние" (постоянная влажность, трещины и расчесы на коже, жаркий и влажный климат);

 "внутренние" (сахарный диабет, ожирение, СПИД, иммуносупрессивная терапия (см. Иммунитет) , антибиотики, оральные контрацептивы, возрастные особенности).

Этим объясняется чрезвычайно широкая распространенность микозов : контакт с грибковой инфекцией может произойти в бассейне, ванной, сауне, на пляже, в спортзале, в гостях, где вы можете надеть чужие тапочки. Поэтому необходимо всегда соблюдать правила личной гигиены. Но не всякий контакт с грибком обязательно приводит к развитию грибкового поражения. Для того чтобы грибок начал развиваться, требуются определенные условия: ношение тесной или не пропускающей воздуха обуви; влажная среда; повреждения ногтевой пластинки или ногтевого валика.

Грибок ногтей часто начинается с травмы ногтевой пластинки в результате давления тесной обуви, ушибов, потертостей. Рост заболеваемости кандидозом связан с широким применением антибиотиков, загрязнением окружающей среды, повышением радиационного фона и другими факторами, ослабляющими защитные силы организма.

Различают поверхностные микозы гладкой кожи - кератомикозы и дерматофитии (дерматомикозы), при которых поражаются эпидермис, дерма и придатки кожи - ногти, волосы. К кератомикозам относится разноцветный (отрубевидный) лишай. Наиболее распространенным заболеванием из группы дерматофитий является микоз стоп (кистей). Часто встречается микоз, обусловленный дрожжеподобными грибами рода кандида.

Разные грибки могут вызывать изменение ногтей на ногах и руках, но сходные с грибковыми изменения ногтей могут возникать и при некоторых других заболеваниях, не имеющих отношения к грибковым. Поэтому во всех случаях изменений ногтя — при исчезновении блеска, изменении цвета, искривлении поверхности — следует обратиться к дерматологу.

**Лечение микозов (грибка)**

В лечении грибка (микоза) используется удаление ногтей с одновременным назначением внутрь противогрибковых средств.

Лечение микоза состоит из двух этапов — подготовительного и основного. Цель подготовительного этапа — удаление чешуек и роговых наслоений. Эффективными средствами для местного лечения грибка являются мази, растворы, спреи, пудры, лаки.

Пути передачи грибка:

 через маникюрные инструменты;

 через обувь;

 предметы личной гигиены, банные принадлежности;

 через рукопожатие и перчатки: старые перчатки после лечения грибка выбрасывайте: иначе вновь заразитесь через оставшиеся в перчатках чешуйки.

Профилактика микозов (грибка)

Профилактика грибковых заболеваний ногтей бывает первичной и вторичной. Первичная профилактика грибка направлена на предупреждение развития грибкового заболевания у еще не имевших микоза. Вторичная профилактика грибка направлена на людей уже переболевших грибком кожи, ногтей.

Методы профилактики грибка: соблюдение личной гигиены, уход за ногтями и кожей стоп, дезинфекция, или профилактическое использование противогрибковых препаратов, или другие.