Реферат на тему: « Заболевания ногтей и кожи ног»

По предмету: Педикюр

Работа: Лаврик А.А.

Москва 2010

***Заболевание ногтей и кожи ног***

**Болезни ногтей ног**

Как часто те или иные болезни ногтей ног отравляют нам жизнь, но многие из них являются результатом нашей же беспечности.

Ноготь, состоит из:

* Ногтевой пластины - видимая часть ногтя, выполняющая функцию «механического щита».
* Ногтевого ложа - ногтевая пластина лежит на ногтевом ложе.
* Ногтевых валиков - верхняя часть кожной складки надвигается на ногтевую пластинку и носит название ногтевых валиков, которые выполняют защитную роль, не давая инородным телам и бактериям проникнуть в ростковую зону ногтя.
* Кутикулы - тонкий слой кожи, прилегающий к ногтевой пластинке по бокам.
* Матрицы - матрица является местом, где происходит образование ногтевой пластинки; она состоит из эпителиальных клеток. В шиповидном слое этих клеток расположены онихобласты - клетки, образующие ноготь, которые превращаются в роговые пластинки ногтя.

Ногти состоят из белка, называемого кератином.
Под воздействием кислот, щелочей, травм, инфекций (бактерии, грибки) и других неблагоприятных причин могут возникнуть **болезни ногтей ног**, проявляющиеся изменением ногтевых пластин (онихия) или воспалением ногтевых валиков (паронихия).

**Типичные болезни ногтей ног**

* Изменение цвета ногтей - дисхромия
* Утолщение ногтей
* Бороздчатые ногти
* Расслаивающиеся ногти
* Отторжение ногтевой пластины
* Бактериальное заражение
* Грибок ногтей
* Травмы
* Вросшие ногти
* Старение

## Грибок ногтей

Из всех болезней ногтей ног грибок один из самых распространенных. Грибковые поражения переносятся от человека к человеку. Свойства грибковых поражений зависят от инфицирующего агента, но имеют также общие черты: отслоение ногтевой пластинки от ложа, утолщение ногтевой пластинки, крошащиеся ногти, изменение цвета, неровная поверхность ногтевой пластинки.

Летом ноги особенно подвержены этой болезни, поэтому для профилактики следует использовать основу с антигрибковым эффектом.

Народными средствами от грибка ногтей не избавиться. Многообразие причин и проявлений микозов требует тщательного подбора лекарственных средств и выработки индивидуальной концепции лечения пациента.

Лаки, мази, спреи, гели – эффективны лишь на ранней стадии болезни, при ограниченных по площади поражениях ногтей.

Если грибковое поражение захватывает более 2/3 поверхности ногтя, или в патологический процесс вовлечены сразу несколько ногтей, наружные средства бессильны. Поэтому в этоих случаях без таблеток не обойтись.

Называется эта группа лекарств – антимикотические препараты системного действия. В первые же часы после их приема они сосредотачиваются в местах локализации возбудителя – в коже, ногтях, ногтевом ложе и там сохраняются в концентрациях, достаточных для губительного воздействия на грибы.

Лечебный эффект достигается за счет их подавляющего влияния на основное вещество, определяющее прочность стенки грибковой клетки. В конце концов клетка «высыхает», теряет способность к воспроизводству и гибнет.

Результат лечения грибка ногтей зависит от правильного выбора препарата, учета его влияния на организм человека, чувствительности к нему возбудителя и точности выполнения указаний врача.

## Травмы ногтей

Удары и обгрызание ногтей могут привести к целой гамме осложнений: подногтевые кровоизлияния, отслоение ногтевой пластинки от ложа, потеря ногтевой пластинки, выпуклости ногтя, последующее деформированние ногтевой пластинки в результате повреждения матрицы.

## Вросшие ногти

Нередко в результате ношения тесной обуви, неправильной стрижки ногтей образуется вросший ноготь. Внедряясь в боковые валики, он вызывает их воспаление — паронихию.

Что делать с вросшим ногтем?

* Возьмите 1 сл.л. сливочного масла и наполните им напальчник. Наденьте его на палец с вросшим ногтем, а сверху наденьте носок. Оставьте на всю ночь. Повторяйте процедуру 2-3 недели подряд. Когда боль прекратится, края ногтя осторожно приподнять и подложить под них марлю.
* В начальной стадии хорошо ежедневно делать ванночки из ромашки аптечной в течение 15 мин. Для этого возьмите 6 столовых ложек соцветий ромашки и залейте 2 л кипятка, накройте посуду крышкой; настаивайте в течение часа. Процеженный настой снова подогрейте и держите в нем ноги, пока не остынет. После подсушивания ног осторожно отделите вросшую часть ногтя от мягких тканей и подложите маленький ватный тампон, смоченный настойкой йода.

## Изменение цвета ногтей

Здоровая ногтевая пластинка – розовая, полупрозрачная и выглядит белой только в зоне отрастания от ногтевого ложа. Розовой она кажется Из-за расположенных на поверхности просвечивающихся многочисленных мелких сосудов (капилляров) ногтевого ложа.

Ногти обесцвечиваются или окрашиваются под воздействием разных факторов: лаков для ногтей, растворителей, в результате приема некоторых лекарственных средств, сигаретных смол, красителей для волос, кислот и щелочей, входящих в состав бытовой химии.

Однако наиболее частым основанием для появления дисхромии являются подногтевые кровоизлияния, или гематомы. Самой распространённой причиной их возникновения являются удар тяжёлым предметом или защемление пальца.

Кстати, появиться гематома может и при отсутствии явной травмы, например, из-за того, что передняя часть стопы, а следовательно, и сам ноготь, слишком плотно прижимаются к жёсткому носку ботинка.

При этой травме возникает исключительно болезненная пульсация в пальце, ноготь постепенно полностью или частично окрашивается сначала в синий, затем буроватый цвет. Нестерпимая боль может длиться часами, вызываемая повышенным давлением скопившейся под ногтевой пластиной крови, которой из-за ограниченного пространства совершенно некуда деться.

Что делать?

В первые часы палец и ноготь нужно обработать антисептиком и избавиться от крови. Для этого следует обратиться к профессионалу. С помощью аппарата для педикюра и тонкой металлической фрезы он проделает отверстие, сделает дезинфицирующую повязку и даст рекомендации.

Если гематому своевременно не начать лечить, и только с помощью специалиста с медицинским образованием – отслоения ногтя не миновать.

## Утолщение ногтей

Причинами утолщения являются: анатомические особенности стопы в сочетании с плохо подобранной обувью, грибковые поражения, псориаз.

При утолщении ногтевой пластины необходимо обратиться за консультацией к врачу-подологу с целью выявления причины поражения ногтя. При необходимости назначают противогрибковые препараты и удаляют утолщения.

## Бороздчатые ногти

Толстые рубцы вдоль или поперек ногтевой пластинки появляются по разным причинам: возрастные изменения, травмы матрицы, небрежное обращение с кутикулами, лихорадка и заболевания, сопровождаемые высокой температурой, экзема, ревматический артрит, плоский лишай.

## Расслаивающиеся ногти

Из всех болезней ногтей ног, наверно, это самое распространенное. Типичные причины этого состояния: длительный или частый контакт с водой, частое использование мыла и детергентов, частое использование и снятие лака для ногтей, продолжительные мелкие травмы.

Что делать?

Рекомендуется отказаться от лака на 2—3 недели и ежедневно делать ванночки для ногтей из растительного масла. Масло слегка разогреть, добавить к нему несколько капель лимонного сока. После ванночки ноги осушить и стараться не мочить их.

## Отторжение ногтевой пластины

Здоровая ногтевая пластинка прирастает к ниже положенному ложу, что определяет ее розовый цвет. Если пластинка отделена от ложа, тогда она имеет белый или желтоватый цвет. Типичные причины: грубое очищение под ногтями, использование лаков, содержащих толуол и формальдегид, использование агрессивных растворителей для снятия лака, псориаз, грибковое поражение ногтей.

Что делать?

При отторжении ногтевой пластины хорошо снимает боль локальная гипотермия (холод), для чего нужно на некоторое время опустить ногу в холодную воду. Повреждённый ноготь постарайтесь не трогать, во избежание занесения инфекции и нагноений лучше наложите повязку, дополнительно использовав антибактериальные мази. В последующие дни обувь придётся не надевать. Если инфицирования не произошло, приблизительно через полгода на месте травмированного вырастет новый.

## Бактериальное заражение

Частой причиной гнойно-воспалительных заболеваний ногтей и околоногтевого пространства является золотистый стафилококк. Обычно очаги инфекции располагаются в районе ногтевых валиков. Вовремя не вылеченная инфекция может распространиться и привести к серьезным гнойно-септическим осложнениям, требующим вмешательства хирурга. К воспалению может присоединиться кандидоз.

Виды деятельности, ведущие к инфекциям: постоянно влажные руки, грубое обращение с кутикулами, обгрызание ногтей, подвергающее инфицированию прилежащие ткани, экзема околоногтевая.

Результаты самых последних исследований показывают, что золотистый стафилококк уничтожается маслом чайного дерева. Раньше этот вид стафилококка контролировался при помощи мупироцина, но недавно появился подвид, на который мупироцин уже не действует. В масле же чайного дерева обнаружен уникальный ингредиент виридофлорен. Он не содержится даже в таких широко известных своими бактерицидными свойствами растениях, как розмарин и эвкалипт. Масло чайного дерева препятствует росту многих болезнетворных бактерий, таких как стафилококки, стрепто-, пневмо- и гонококки.

## Старение

По мере старения темп роста ногтей замедляется. В результате изменений в белковой структуре ногтевой пластины ногти становятся более хрупкими и имеют тенденцию к расслаиванию. Это часто сопровождается изменением цвета ногтей.

# Способы лечения грибка ногтей и стоп

Очень важным условием эффективного лечения грибка ногтей и стоп является постоянное наблюдение у дерматолога. Ведь неправильное лечение и применение не тех противогрибковых средств может принести лишь временное облегчение и не решить проблему.

Чтобы правильно подобрать способ лечения грибка ногтей ног, а также стоп, очень важно учитывать форму и площадь поражения и степень распространённости грибка, возраст больного и сопутствующие заболевания.

Для эффективного лечения грибка ногтей и стоп надо учитывать, что есть два вида противогрибковых препаратов – наружные и внутренние. Наружные помогают лишь на ранних стадиях заболевания, а впоследствии лечиться нужно комплексно – как наружно, так и внутренне.

**Препараты внутреннего воздействия**

Существует несколько правил, которых необходимо придерживаться для эффективного и безопасного лечение грибка стоп и ногтей внутренними противогрибковыми препаратами. Прежде всего, очень важно, чтобы диагноз был подтверждён врачом. На тот момент, когда будет проходить лечение лекарствами от грибка ногтей и стоп, желательно ограничить приём других препаратов, исключением могут быть только жизненно необходимые. Очень важно, чтобы лечение проходило под контролем врача, продолжительное время и до окончательного исчезновения заболевания.

После отмены приёма средств от грибка ногтей и стоп, необходимо показываться врачу один раз в неделю, а потом раз в месяц. Через полгода следует провести контрольный соскоб. Если грибок вновь выявлен, надо повторить курс лечения грибка стоп и ногтей.

На сегодняшний день дерматологи признают, что более безопасным и эффективным средством от грибка ногтей и стоп является пульс-терапия. Она подразумевает применение лекарств от грибка ногтей и стоп с длительными промежутками времени. Иногда сначала проводится терапия в течение одной недели, потом следует трёхнедельный перерыв, и вновь недельный курс. Принцип такого лечения основывается на том, что лекарство накапливается в организме и начинает активно бороться с проблемой в последующие недели.

Первый курс лечения должен длиться три месяца. Но ещё в течение года лекарство от грибка ногтей и стоп продолжает своё воздействие, тем самым, защищая от рецидива. Такой способ даёт организму возможность отдохнуть от лекарств и позволяет принимать другие лекарства при необходимости, не исключая и антибиотики. Риск повторного проявления в этом случае значительно уменьшается.

**Препараты наружного применения**

При лечении грибка ногтей ног и рук, кроме препаратов внутренних, используют ещё и средства местного действия. Это могут быть специальные лаки для ногтей, отслаивающие пластыри и мази.

Противогрибковые лаки способны проникать в ногтевое ложе и в глубокие слои ногтя. Здесь используется лоцерил и батрафен (5%). Способ применения такого средства от грибка ногтей включает в себя снятие специальной пилочкой поражённого участка ногтя, его очищение и обезжиривание (можно использовать спирт).

Есть и другой способ удаления поражённого участка ногтя, для этого используются пластыри и кератолические мази. Они размягчают ноготь, после этого его можно легко удалить с поверхности ногтевого ложа. В состав пластырей входит мочевина или салициловая кислота, такой антисептик, как йод или хинозол, а иногда кетоконазол – средство от грибка ногтей.

На поверхность ногтя накладывается кератолитический пластырь, сверху его закрывают лейкопластырем и бинтом, затем, через 2-3 дня поражённые участки счищаются и вновь покрываются пластырем. Такое лечение нужно повторять каждый день, пока не исчезнут поражённые участки. 6 месяцев проводятся эти процедуры для ногтей на руках и 9-12 – на ногах.

Для лечения грибка ногтей ног и рук продаётся специальный набор «Микоспор». Он имеет в своём составе мазь, которая является противогрибковой и кератолической, а так же скребок для ногтей и пластырь.

Можно также применять кремы местного значения, такие, например, как лоцерил. Его надо наносить на поражённые участки каждый день, лечение такое длится 2-3 недели, а при лечении грибка стопы – до 6 недель.

**Способы обработки зараженных вещей, их дезинфекция**

Важным моментом при лечении грибка ногтей и стоп, а также и после его окончания, является дезинфекция всего того, с чем грибок соприкасался. Это стены, пол, инвентарь, ванные и душевые комнаты, бани, все личные вещи, такие как бельё, обувь и, конечно, предметы по уходу за ногтями и кожей.

После завершения лечения грибка ногтей ног и рук, следует тщательно обработать стенки и дно ванны сметанообразной смесью, которая состоит из равных частей хлорной извести или хлорамина и стирального порошка, смывается порошок через 30 минут. Эффективно и применение хлорной извести, 5% раствора хлорамина, или же 3% раствора лизола.

Что касается обуви, то после окончания лечения грибка ногтей и стоп, её необходимо обработать уксусной кислотой (40%) или раствором формалина (25%). Всю внутреннюю часть обуви надо протереть смоченным тампоном. После этого оставить тампон в носке обуви, саму обувь положить на сутки в герметично завязанный целлофановый пакет. Чтобы впоследствии не оставалось запаха, обувь можно протереть нашатырным спиртом и проветрить.

Носки, колготки, чулки и бельё после завершения лечение грибка ногтей ног, рук и стоп можно прокипятить 15-20 минут в 2% мыльно-содовом растворе, после чего их надо прогладить. Маникюрные ножницы протирают спиртом и обжигают пламенем горелки.

**Способы профилактики**

Для того чтобы избежать заражения грибком и последующего лечения грибка ногтей ног, надо выполнять некоторые правила. Важно пользоваться только своей обувью, не стоит носить очень узкую обувь, в которой может сохраняться влага – ведь в этом случае ногти и кожа могут получать микротравмы. За обувью необходимо тщательно ухаживать, высушивать. Для профилактики тем, кто регулярно посещает баню, сауну, бассейн, а также тренажёрные и спортивные залы, необходимо пользоваться противомикробными мазями, кремами и лаками местного назначения. Не стоит использовать в ванной пористые коврики, так как их сложно тщательно вымыть, и они могут хранить в себе самые разные микроорганизмы и грибки.

Боль в ступнях может оказаться результатом повреждения суставных хрящей - артроза. Избавиться от варикозного расширения вен и других заболеваний ног и ногтей, лечение у хорошего специалиста поможет решить все проблемы.

Для данного недуга характерны отеки, тяжесть в ногах, ночные судороги, сосудистые сеточки и коричневые пятна вокруг лодыжек. Хорошо действует холодное обливание щиколоток и икр.

**Устранить косметические дефекты ступней**

Боли в ступнях возникают из-за мозолей, трещин на пятках, вросших или травмированных ногтей. В особо запущенных случаях без помощи врача-подолога - специалиста - не обойтись.

**Исключить артрит**

Если боли появились после перенесенной инфекции, скорее всего, это артрит. Заболевания ног и ногтей, лечение связано со сбоями в иммунной системе. Иммунные комплексы (ИК) перестают «узнавать своих», атакуют здоровые ткани и органы.

**Народное средство**

При неприятных ощущениях в стопах возьмите по 50 г сушеной мяты и липового цвета, залейте кипятком (0,5 л) и дайте остыть. Настой разбавьте теплой водой - ванночка готова. Время процедуры -15-20 мин. Распаренные стопы помассируйте и вотрите крем.

Наиболее частая причина болей при ходьбе - плоскостопие - заболевание, при котором свод стопы теряет природную вогнутость. Подошва становится плоской и перестает пружинить. Причины плоскостопия: врожденный дефект мышц и связок, специфические заболевания (рахит, полиомиелит, сахарный диабет), травмы ступней, недостаток или избыток нагрузки на йоги.

Если пальцы болят и в покое, подозрение падает на подагру. Однако из-за почечной недостаточности или повышенного образования ее избыток в виде кристаллов откладывается в суставах, что приводит к их воспалению и сильной боли.

Острая боль в пятке - признак подошвенного фасциита (пяточной шпоры). В начале заболевания боль возникает только при ходьбе - особенно трудно делать первые шаги. В течение дня боль немного утихает, а к вечеру снова усиливается. Со временем она становится стойкой.

**Варикозное расширение вен**, а также другие заболевания ног и ногтей, лечение которых может длиться годами, зачастую может стать причиной и профессиональной деятельности. Многие люди, а в основном девушки женщины страдают этим заболеванием только потому, что ведут сидячий образ жизни. Ведь профессии нового поколения связано с компьютером, поэтому о здоровье своих ног многие уже не задумываются. Когда мы проводим наибольшее количество времени, в положении сидя, наш таз передает наибольшее количество крови в ноги, за счет чего вскоре ноги отекают и опухают. Решить такую проблему может только специалист или хирург. Если вены уже виднеются снаружи капилляров ног, то следует обязательно обращаться к специалисту.

**Как определить**, являетесь ли вы носителем заболеваний ног и ногтей, лечение которых определяется специалистом? На этот вопрос поможем вам ответить мы.

Если к концу рабочего дня ваши ноги быстро отекают, становятся «ватными» и очень быстро устают, значит, вы нуждаетесь в консультации специалиста.

Большинство врачей напоминают молодым женщинам и девушкам о следующих правилах: следует носить комфортную обувь; никаких каблуков выше 10 см; носить также сильно обтягивающие джинсы не рекомендуется, потому, как за счет обтягивания брюки не дают крови правильно и равномерно функционировать в ногах. Если вы все же надели каблуки, по мере возможности следует проводить в них не более 3-4 часов в день. На каблуках ноги быстрей устают и отекают.

В наше время довольно часто встречаются заболевания ног и ногтей, лечение которых не всем подходит, поэтому следует относиться к своему здоровью более бережно и следовать всем вышеуказанным правилам.