

# KOŽNÍ PLÍSNĚ JSOU PŘEDEVŠÍM LETNÍ NEMOC



**Kůže není jenom mechanický obal, který zajišťuje celistvost organismu. Plní obranné, termoregulační funkce, probíhá zde aktivní produkce potu a mazu, keratinu a barviva – melaninu. Kůže a podkoží jsou také zásobárnou tuků, cukrů, bílkovin, vody a minerálních látek. Rovněž jsou sídlem smyslů, můžeme vnímat dotyk, chlad, teplo, vlhko, bolest.**

Protože kůže představuje první bariéru mezi organismem a zevním prostředím, bývá nejčastěji vystavena různým druhům škodlivého působení. V letních měsících patří mezi nejčastější postižení vedle fotodermatóz – postižení kůže slunečním zářením – také onemocnění vyvolané houbami. Hovoříme o dermatomykózách nebo obecně o mykózách, v odborné medicínské literatuře bývají také označovány jako **tinea**. Chtěl bych zdůraznit, že byť je toto onemocnění obecně označované jako plísněvé, jedná se o nemoci kůže vyvolané houbami – takzvanými dermatofyty – a kvasinkami – kandidami. Mykózy lze tedy rozdělit do několika základních skupin podle druhu

hub, vyvolávajících postižení, a podle místa postižení kůže. Rozlišujeme **povrchové mykózy, vlastní dermatomykózy, kandidózy** a takzvané **systémové mykózy**.

Povrchové mykózy postihují jen svrchní rohovou vrstvu kůže a mohou vyvolávat pouze nepatrnou zánětlivou reakci. Typickým představitelem je *Pityriasis versicolor*. Pro toto onemocnění jsou typické kruhovitě nebo oválně skvrny žlutohnědé nebo šedožluté barvy, které často splývají ve větší skvrny. Nejčastěji se objevují na hrudníku a ramenou. Svědí jen nepatrně. V létě se zdravá kůže působením slunečního záření opálí a postižená ložiska zůstávají bílá, protože kožní šupinky prorostlé

houbami záření absorbují. Vzniká takzvaná inverzní forma, kterou nazýváme *Pityriasis alba*. Nakažlivost je malá, protože postihuje především osoby s větší potivostí a pravděpodobně také osoby s vrozenou dispozicí. Léčba tohoto onemocnění nebývá zásadním problémem, ale postižení se často vrací.

Vlastní **dermatomykózy** jsou vyvolávány keratofilními dermatofyty, které řadíme botanicky do třídy *Deuteromycetes*, jež mají tři rody: *Trichophyton*, *Microsporum* a *Epidermophyton*. Nejčastějším původcem mykóz je rod *Trichophyton*. Mykózy nacházíme nejčastěji na kůži nohou a rukou včetně postižení nehtů, dále potom na kůži v oblasti

genitální a řitní rýhy, mohou postihovat hladkou kůži plošně, méně častá lokalizace je ve vousích a vlasech.

Na nohou mykóza nejčastěji postihuje mezprstní prostory, kde dochází zprvu ke zvýšenému rohovatění a olupování povrchových vrstev kůže. Postižený tomu zpočátku nevěnuje pozornost, protože to přisuzuje maceraci kůže (rozmočení) způsobené potem. Později se přidruží pocit nepříjemného palčivého svědění a v místech, kde dojde k vytvoření prasklin, bývají pocity svědění kombinované s pocity palčivé bolesti. V tuto chvíli již postižený začne hledat pomoc.

**Kandidózy** jsou nemoci kůže a sliznic vyvolané kvasinkami, které i za normálních okolností žijí na kůži a sliznicích, nacházejí se také na rostlinách a ovoci. Onemocnění vyvolávají v podmínkách, které svědčí jejich rozmnožování. K tomu dochází za tepla, vlhka, při poškození povrchových vrstev kůže, při změně pH kůže ve smyslu zvýšení zásaditosti. Nejčastěji napadají oslabený organismus lidí s obezitou, cukrovkou, při postižení nádorovými nemocemi, při intenzivní léčbě antibiotiky, cytostatiky, hormony. Nejčastějším původcem je *Candida albicans*. Nejznámější formou je **soor** neboli **moučnivka**, která se projevuje tenkými bílými až šedobílými povlaky na sliznicích jazyka, tváří nebo patra. Postihuje především děti do dvou let, u větších dětí a dospělých jsou zase častěji postiženy rty, a to zejména ústní koutky. Hovoříme o takzvaných *anguli infectiosi* – bolavých ústních koutcích. Kandidy rády postihují také místa na těle, kde dochází k časté vlhké zapáře, tedy v podpaží, u žen pod prsy, v oblasti genitálií u žen i mužů.

**Systémové mykózy** jsou vážná, v našich končinách vzácná onemocnění, kdy jsou houbovou infekcí postiženy vnitřní tkáně a orgány. Postižení se nejčastěji šíří z dutiny ústní.

### PREVENCE NÁKAZY

Protože k nákaze dochází nejčastěji ve společných umývárkách, sprchách a šatnách zejména sportovních a rekreačních zařízení, kde se chodí naboso, musejí se zde provádět dezinfekce roštů, rohoží i podlah. Návštěvníci by měli používat vlastní obuv (šlapky, sandály, trepky) a dodržovat základní hygienické zásady.

Samozřejmostí je pravidelná kontrola nohou, zejména v mezprstních prostorech. Pokud zde zjistíme zvýšené olupování kůže nebo se objeví svědění či trhlínky, je nutná konzultace u praktického nebo kožního lékaře. Postižení by měli v rámci prevence dodržovat tato opatření velmi důsledně, protože jsou nositeli a šířiteli nákazy. Proto by neměli chodit naboso ani doma, aby uchránili blízké. Samozřejmostí je vyvařování osobního prádla, před praním je vhodná jeho dezinfekce.

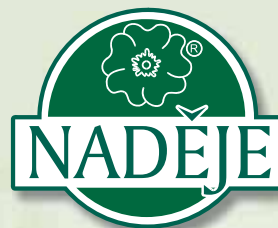
### LÉČBA

Nejedná se o jednoduchou záležitost. Léčba mykóz musí být pravidelná, dlouhodobá a vytrvalá. Nikdy nelze spoléhat na předpis jedné masti nebo tinktury. V praxi se nám osvědčilo kombinovat medikamentózní léčbu s bylinami a celkovou podporou imunity pomocí akupunktury. Praktikují se koupele nohou v roztoku hypermanganu, dále tinktury s obsahem jodu, vhodné jsou prostředky vyráběné ve formě sprejů a mastí, jež obsahují látky, které houby hubí a zabraňují jim v růstu. Výběr a kombinaci je vhodné konzultovat s lékařem, který dokáže vybrat pro postiženého nejvhodnější postup, případně doporučí nejmodernější léky. Z přírodních zdrojů se nám osvědčily recepty bylináře Pavla Váni. Velmi dobrý efekt lze dosáhnout koupelemi nohou připravených z tužebníku jilmového, listů tabáku nebo suchých ořechových listů.

Závěrem je nutné zdůraznit, že pravidelná péče a ošetřování kůže na nohou by měly být samozřejmostí. Pamatujme, že jakékoli postižení, kterákoli choroba jsou vždy lépe léčitelné a ovlivnitelné ve svých počátcích než v pokročilejším stadiu.

**MUDr. Boris HYNEK**

Mgr. Jarmila Podhorná



## GEMMOTERAPIE

VÝLUHY Z BYLIN A PUPENŮ ROSTLIN  
MASTI, VÝLUHY, OLEJE  
BYLINNÉ KÚRY - GEMMOGLUKANY - MEDY  
PŘÍRODNÍ KOUPELE

Od července nabízíme  
pro organizované zájezdy  
přednášky spojené  
s exkurzí nově založené zahrady  
vytvořené ve spolupráci s prof. Valíčkem  
v prostorách naší firmy.

Současně můžete využít nabídky  
nákupu sazenic našich i cizokrajných bylin  
a produktů firmy Naděje s možností  
sestavení bylinných kúr přímo  
na Vaše konkrétní zdravotní problémy.



798 46 Brodek u Konice 3  
tel. 582 391 254, 582 391 207  
e-mail: j.podhorna@nadeje-byliny.eu  
www.nadeje-byliny.eu