

## Mykózy nohou a nehtů

### CHARAKTERISTIKA

Tato dvě onemocnění na sebe zpravidla těsně navazují. Způsobují je drobnohledné houby zvané dermatofyty, které se živí rohovinou. Jako všechny houby dávají přednost vlhkému a teplému prostředí, proto se jim zvláště daří v mezíprstích nohou a v neprodyšné obuvi. K první nákaze dochází zpravidla po pubertě, přenos se uskutečňuje v místech, kde se pohybuje hodně bosých lidí (plavecké stadiony, šatny). Rizikové jsou zejména určité sportovní aktivity: atletika, vodní sporty, míčové hry. Onemocnění se projevuje svěděním, zarudnutím a olupováním kůže mezi prsty. Časem se může rozšířit i na celé chodidlo. Mykóza kůže nohou je velmi úporná a často se vrací.

Ve středním a starším věku, v souvislosti se zhoršujícím se prokrvením dolních končetin, někdy také po prvotním traumatu nehtu (úraz provázený krevním výronem pod nehet nebo opakovaný účinek tlaku na nehtové ploténky v těsných botách), infekce začíná postihovat i nehty. V počátečním stadiu se projevuje zežloutnutím okrajové části nehtové ploténky, nehet postupně ztrácí lesk. Dochází k odloučení nehtové ploténky od kůže nehtového lůžka a hromadění rohové drti v dutince pod nehtem. Změny pomalu, ale nezadržitelně postupují od volného okraje nehtu směrem k zadnímu nehtovému valu. Při poškození matrix, ze které nehet vyrůstá, dochází k masivnímu ztluštění a k deformaci celého nehtu. V tomto stadiu je již onemocnění velmi těžko léčitelné lokální terapií a většinou zanechává trvalé následky na vzhledu nehtu.

### LÉČBA

Mykóza kůže nohou se zásadně léčí místními prostředky: roztoky nebo krémy s obsahem látek hubících choroboplodné houby (antimykotik). Pro úspěch je důležité nanášet lék jednou až dvakrát denně do úplného vymizení viditelných změn a pak ještě další dva týdny na zdánlivě zhojenou kůži. Zárodky hub totiž mohou ještě nějakou dobu na kůži přežívat. Stejně tak přežívají v ponožkách a v botách.

U nehtů je zevní léčba úspěšná jen v počátečních stadiích. Kromě roztoků a krémů je možné využít i antimykotika ve formě laku. Opět je nutné nanášet lék pravidelně až do úplného zhojení nehtu, což může trvat řadu měsíců. Léčbě napomáhá důkladné zbroušení či odstříhání napadených částí nehtu po změkčení speciální mastí. Pokud je infekcí zasažena i kořenová část nehtu,

nezbývá než přistoupit k celkové léčbě antimykotiky ve formě tablet. Jejich podávání však není bez rizika – hrozí nežádoucí střet s jinými užívanými léky a ve vzácných případech i poškození jater. K chirurgickému odstranění celého nehtu se dnes přistupuje jen ve výjimečných případech.

### PRAKTICKÉ POKYNY

Pro úspěšné vyléčení kožní mykózy je důležitá především důslednost. U léčby nehtů k tomu přistupuje i značná dávka trpělivosti, neboť nehty nohou dorůstají velmi pomalu a hojení může trvat i celý rok. Po celou tuto dobu je nutné nehty pravidelně ošetřovat zevními antimykotiky. Při úvaze o nasazení celkové léčby by měl pacient svého lékaře informovat o předchozích onemocněních jater a zejména o všech užívaných lécích.

I po úspěšném vyléčení se mykózy nohou a nehtů často vrací. Je proto nutné pravidelně dezinfikovat obuv (1krát týdně vystříkat antimykotickým sprejem), nosit bavlněné ponožky a prát je při 60 °C, na syntetické materiály používat speciální protiplísňové prací prostředky. Nákaza se v 90 % případů do nehtů přenáší z mezíprstí, proto je prevence mykózy nehtů především prevencí mykózy kůže nohou. To znamená používat pouze vlastní ručníky a vlastní obuv, nohy udržovat v suchu (důkladné osušení po koupeli, vzdušná obuv, případně antiperspiranty – prostředky proti pocení). Pokud se mykóza nohou a nehtů i přesto úporně vrací, nezbývá než doživotní preventivní ošetřování volně prodejnými antimykotiky 1krát týdně.

- Po umytí důkladně osušte kůži, zejména v mezíprstích nohou.
- Při návštěvě bazénů či saun používejte vlastní omyvatelnou obuv.
- Noste ponožky z přírodních materiálů.
- Obuv by měla být volná, prodyšná, pravidelně ji větrejte, sušte a dezinfikujte volně prodejnými antimykotickými spreji (též ponožky a punčochy před praním).
- Nepůjčujte si cizí boty.

Edukační projekt České dermatovenerologické společnosti ČSL JEP  
© doc. MUDr. Magdalena Skořepová, CSc., 2017

Materiál je chráněn autorskými právy a je určen členům ČDS ČLS JEP pro edukační účely v ordinacích. Není povoleno ho mimo tyto účely dále reprodukovat či jakkoliv rozšiřovat, včetně jeho částí. Pro jakékoliv jiné využití je třeba souhlasu autora a redakce Čs. Dermatologie.