**Газета «Медицина для Вас» № 02 от 18.03.2020г**

**Грибковые инфекции и их профилактика.**

В человеческом организме  живут множество вирусов, грибков и бактерий. Они делятся на полезные, условно-патогенные и патогенные. При этом  в норме они находятся в определённом балансе и не наносят вреда организму человека.    Наибольшую опасность представляет **грибок** – микроорганизм, который способен приводить к поражению кожных покровов и внутренних органов.

 **Виды грибков.**

Существует около 500 видов грибков, вызывающих у человека заболевание.   Все грибки делятся на дрожжевые, плесневые и домифорные. Дрожжевые грибки обитают в человеческом организме и являются частью его микрофлоры.

 **Группы заболеваний.**

Грибковые заболевания или микозы делятся на несколько основных групп:  Эпидермофития, дерматомикоз, споротрихоз, кандидоз, трихофития.            - Эпидермофития – заболевание, вызываемое грибами рода эпидермофитонов. Наиболее часто им страдают мужчины. При этом поражаются верхний слой кожи и ногти. Заболевание делится на паховую эпидермофитию и эпидермофитию стоп.  Дерматомикозы – это целая группа грибковых инфекций кожи, от которого страдает каждый пятый человек планеты. При этом поражаются как кожные покровы, так и внутренние органы. Носитель грибка заражает окружающих людей.  Споротрихоз – это хроническое грибковое заболевание. Заражение происходит через контакт с травой, кустами, землёй, уличной пылью и даже пищевыми продуктами.Поражается кожа и подкожная клетчатка. Кандидоз вызывается дрожжевыми грибками. Они входят в состав здоровой микрофлоры человека. Однако в ряде случаев они начинают активно размножаться, нарушая баланс бактерий, что приводит к развитию кандидоза. Чаще всего кандидоз или молочница появляется во влагалище у женщин и в ротовой полости у детей. При отсутствии лечения может распространяться на другие органы, в том числе кишечник, вызывая дизбактериоз. трихофития – грибковое заболевание, называемое стригущим лишаём. Чаще всего им страдают дети, контактирующие с бездомными животными. Стригущий лишай поражает всю поверхность кожи тела и головы, а также ступни и ногти. Развитию грибковой инфекции способствует контакт с источником грибов. Споры грибов могут находиться на поверхности пола, в воздухе, в птичьем помёте. При этом для их размножения требуется особая среда, которая создаётся при снижении защитных функций организма. Грибки могут размножаться на поверхности кожи, при этом любимыми местами дислокации являются складки кожи, сгибы рук и ног, то есть все места, где присутствует повышенная влажность и температура тела. Некоторые грибы способны поражать глубокие слои тканей и  внутренние органы. С течением времени состояние больных людей значительно ухудшается, что приводит к необратимым последствиям.

**Симптомы грибка.**

Каждый вид грибковой инфекции имеет определённую клиническую картину. Они зависят не только от типа грибка, но и от локализации и степени тяжести очагов поражения. На фоне ослабленного иммунитета к грибковым инфекциям могут присоединиться бактериальные.

В результате к общим симптомам присоединяется сыпь с гнойным содержимым. При разрешении инфильтрата образуются мокнущие корочки, а затем- рубцы. При поражении грибком ногтей (онихомикозе) появляются другие признаки:

- утолщение ногтевой пластины;

- изменение цвета ногтя на жёлтый, серый, коричневый или чёрный;

- мокнутие или шелушение, зуд кожи в межпальцевых промежутках;

- хрупкость ногтевой пластины, крошение при обрезании;

- полное отделение ногтя при длительном течении инфекции.

**Профилактические мероприятия.**

Для профилактики грибковых заболеваний необходимо

- соблюдать личную гигиену, мыть руки перед едой, после каждого посещения туалета и общественных мест, игры и уходе за животными;

- тщательно мыть овощи и руки;

- животная пища должна подвергаться длительной термической обработке;

- рационально питаться, следить за массой тела;

- принимать антибактериальные и гормональные препараты только по назначению врача;

- при половых актах пользоваться презервативами;

- в банях, душе, бассейне  и на пляже пользоваться резиновыми тапочками.

**Важно,** обнаружив признаки грибковой инфекции, обратиться к врачу и пройти полное обследование организма. Это позволит выявить возбудителя на ранней стадии, своевременно начать лечение и избежать более серьёзных последствий для здоровья.

**врач – дерматовенеролог**

 **Дружественного кабинета Э.Т.Аксарина**