



Neglesvamp

INFORMATION OM ET ALMINDELIGT PROBLEM



Neglesvamp er et almindeligt problem. Fodsvamp forekommer endnu hyppigere og er ofte årsagen til, at man får neglesvampinfektion på tæerne.

Fodsvampinfektion er en af de hyppigste infektionssygdomme. Ca. 5 % af befolkningen i vesten får neglesvamp. Blandt svømmere, brydere og basketballspillere er frekvensen helt op til 80 %. En af grundene til dette er, at de svampe, som er årsag til fod- og neglesvamp trives bedst i fugtige miljøer for eksempel i svømmehaller, offentlige bad- og omklædningsrum. I det miljø kan hud og negle, som er skadede eller gennemfugtede lettere angribes af svamp.

Forekomst

Svampe af forskellige arter er almindeligt forekommende i vores miljø og findes rundt omkring os i store mængder. Men det er kun et fåtal af svampene, som er sygdomsfremkaldende. Neglesvamp kan skyldes tre forskellige typer af svampe: dermatofyter, ikke-dermatofyt skimmelsvamp og gærsvampe. Den første type, dermatofyterne, er klart den hyppigste årsag til neglesvamp. Dermatofytsvampene kan kun give infektioner på hud, hår og negle. Svampen findes i hornlaget, som er det yderste lag af huden, og består af døde hudceller. Svampen lever af keratin, som indgår i neglens øverste lag. Svampen ødelægger keratinet, hvilket påvirker vævet og dermed giver symptomer på skader på huden og neglene.

Symptomer

Svampen vokser langsomt og giver ofte kun lette symptomer i begyndelsen. Efterhånden bliver neglen misfarvet, fortykket, sprækker og begynder eventuelt også at løsne sig. Oftest er det neglene på fødderne, som bliver angrebet. Normalt angribes huden på fødderne og mellem tæerne først, for derefter at sprede sig til tåneglene. Neglene bliver ofte gullige, og det kan blive både et kosmetisk og et socialt problem. Man kan få problemer med, at det gør ondt, skoene begynder at klemme, og strømperne går i stykker. Der kan opstå bakterieinfektioner, som kan give yderligere komplikationer, men det er mere usædvanligt. "De, der rammes", gør ofte ikke noget ved deres neglesvamp. Man ser måske ikke alvorligt på dette, på trods af at man er generet af problemet, og man tror, at der ikke kan gøres noget. Men det kan behandles!

Udløsende faktorer

Har man en sygdom, som medfører øget risiko for dårlig blodcirkulation for eksempel hjertesygdom eller diabetes (sukkersyge) er risikoen større for at få neglesvamp. Fod- og neglepleje kan derfor være vigtigt for at hindre komplikationer som følge af neglesvampinfektionen. Arbejde i fugtige miljøer, hvor hud og negle er udsat for hård påvirkning, kan også øge risikoen for svampeangreb.

Diagnose

Der findes flere andre sygdomme i hud- og negle for eksempel eksem og psoriasis, som kan give lignende symptomer som svampeinfektionerne. Men i disse tilfælde vælges en helt anden behandling. For at kunne give en effektiv behandling må man først stille den rigtige diagnose. Det kliniske billede og patientens symptomer peger ofte i den rigtige retning, men for at stille den rigtige diagnose, bør der tages en svampeprøve. Svampeprøven laves ved at tage materiale fra den syge negl. Resultatet fra mikroskopiundersøgelsen kan gives hurtigt, men svampepodningen tager ca. 2–4 uger. Behandlingen påbegyndes først, når prøverne viser, at der findes svampeinfektion i neglen.

Få tror man kan komme af med problemet.

Behandling

Behandlingen bestemmes ud fra hvor meget svampen på neglen har bredt sig eller hvor mange negle, der er angrebet. Behandlingen fjerner svampen, og dette kan gøres på flere forskellige måder og med forskellige lægemidler. Ved kraftige svampeangreb vælger man at give tabletbehandling i 3 måneder. Hvis et mindre område af neglen er angrebet, kan man anvende en medicinsk lak. Nogle læger vælger at kombinere disse to behandlingsformer.

Behandling med lak varer fra 6–12 måneder afhængig af sværhedsgraden af neglesvampinfektionen. Dette skyldes at neglen vokser langsomt, og hele den nye negl skal vokse ud inden behandlingen kan afsluttes. Det er derfor vigtigt at fortsætte behandlingen med medicinsk lak indtil neglen ser normal ud. Hvis ikke man behandler tilstrækkeligt længe, findes svampen stadig i neglen, hvilket betyder at infektionen kommer igen. I disse tilfælde må man påbegynde en ny behandling.

Fortsæt behandlingen med medicinsk neglelak til neglen ser normal ud.

Hvad kan man selv gøre?

For at undgå fodsChamp og dermed mindske risikoen for neglesChamp samt forhindre tilbagefald efter behandling, er her nogle vigtige råd. Sørg for god fodhygiejne. Vask fødderne med neutral sæbe og tør dem grundigt – husk at tørre godt mellem tæerne. Skift gerne strømper hver dag. Bomuldsstrømper vaskes ved 60 grader, for at slå Champene ihjel. Undgå tætte sko samt sko af syntetisk materiale. Det er en god idé at skifte sko i løbet af dagen. Gymnastiksko skal kunne vaskes i vaskemaskinen – byt aldrig sko med andre.

Anvend badesko i offentlige baderum

Sørg for at dine negle ikke bliver udsat for tryk eller andre former for skader. Dette kan nemlig give god grobund for Champene og dermed give Champinfektioner. Anvendelse af handsker ved opvask er en enkel måde at beskytte såvel hud som negle.

Lavet i samarbejde med læge Jan Torssander.
Lægehuset Bjørkhagen, Sverige.

Galderma Nordic AB. c/o Regus House, Larsbjørnsstræde 3, 1454 København K.
Tel 33 37 71 10, Fax 33 32 43 70. www.galderma.dk

