



Neglesopp

INFORMASJON OM ET VANLIG PROBLEM



Neglesopp er et vanlig problem. Fotsopp er enda mer vanlig og er ofte en forutsetning for at en person skal få neglesopp på tærne.

Fotsopp er en av menneskets vanligste infeksjonssykdommer. Ca. 5 % av befolkningen i den vestlige delen av verden får neglesopp. Blant svømmere, brytere og basketball spillere er frekvensen opp mot 80 %. En mulig årsak til dette er at de sopparter som forårsaker fot -og neglesopp trives best i fuktige miljøer, som for eksempel i svømmehaller, dusjer og garderober. I slike miljøer vil hud og negler som er fuktige eller skadet, lettere bli angrepet av sopp.

Forekomst

Sopp av ulike arter er vanlig i vårt miljø, og finnes rundt oss i store mengder. Men det er bare et fåtall sopparter som påfører oss problem i form av sykdommer. Neglesopp kan forårsakes av tre ulike typer av sopp: trådsopp (kalles også dermatofytter), gjærsopp og muggsopp. Den første typen, dermatofyttene, er den mest vanlige årsaken til neglesopp på føttene. Dermatofyttene infiserer bare hud, hår og negler. Soppen finnes i hornlaget, som er det ytterste laget på huden, og består av døde hudceller. Soppen lever der av keratin som finnes i de døde hudcellene. Soppen ødelegger keratinet, noe som påvirker vevet og gir skader i huden eller neglene.

Symptom

Soppen vokser langsomt og gir ofte bare lette symptomer i begynnelsen. Etterhvert blir neglene misfarget, fortykket, danner sprekker eller skiver seg. Oftest er det neglene på føttene som angripes. Vanligvis angriper soppen først huden på føttene, spesielt mellom tærne, for siden å spre seg til tåneglene. Neglen får ofte et uvanlig utseende, og det kan skape både kosmetiske og sosiale bekymringer. Man kan få problem med at det gjør vondt, sko som klemmer og strømper som ødelegges. Bakteriefeksjoner kan oppstå og gi komplikasjoner, men det er mer uvanlig. Pasientene tar ofte ikke opp dette problemet med neglesopp. Man er kanskje sjenert på grunn av de stygge neglene, og man tror kanskje at det ikke finnes noe å gjøre med problemet. Men det gjør det.

Kompliserende faktorer

Har man en invortes sykdom med risiko for dårlig blodsirkulasjon, for eksempel hjertekar sykdommer eller sukkersyke, øker risikoen for at man får neglesopp. Fothygiene og neglestell er da viktige faktorer for å forebygge komplikasjoner som følge av neglesoppinfeksjoner. Arbeide i fuktige miljøer og det at huden er utsatt for kraftig slitasje, kan også øke risikoen for soppinfeksjon.

Diagnose

Det finnes flere andre sykdommer i hud og negler, som for eksempel eksem og psoriasis, disse sykdommene kan gi symptomer som ligner soppinfeksjoner. I disse tilfellene er behandlingen en helt annen. For å kunne gi effektiv behandling er en derfor avhengig av at det stilles en riktig diagnose. Det kliniske bildet og pasientens symptom gir en god pekepinn på riktig diagnose, men for sikkerhets skyld må man ta en soppdyrking. Det skjer ved at man tar avskrap fra den syke neglen. Dette materialet undersøkes dels i mikroskop, og dels ved soppdyrking. Svaret på den mikroskopiske undersøkelsen får man raskt mens soppdyrking tar 4–6 uker. Behandlingen starter først når undersøkelsen har påvist soppinfeksjon i neglen.

Behandling

Avgjørende for valg av behandling er blant annet hvor stor del av neglen og hvor mange negler som er angrepet. Behandlingen skal drepe soppen og kan gjennomføres på flere måter og med ulike legemidler. Ved kraftige angrep velger man ofte å gi en tablettkur, som pågår i 6 uker ved sopp på fingernegler og 12 uker ved sopp på tånegler. Hvis det er en mindre del av neglen som er angrepet, kan man benytte en medisinsk neglelakk. Det foregår forsøk hvor en benytter begge behandlingsalternativene samtidig, og enkelte leger velger nettopp denne behandlingsformen. Tablettbehandlingen tolereres oftest godt. Bivirkninger er som oftest milde til moderate og forbigående. De mest vanlige er mage og tarm forstyrrelser.

Lokalbehandling med medisinsk neglelakk pågår i 6 måneder for neglesopp på fingrene og opp til 12 måneder for tåneglene. Den lange behandlingstiden er nødvendig fordi negler vokser langsomt, og hele den nye negleflaten må vokse ut før behandlingen kan avsluttes. Om man ikke behandler tilstrekkelig lenge, vil det finnes sopp igjen i neglen, noe som fører til at infeksjonen kommer tilbake. I så fall må man starte på nytt med behandlingen. Det er derfor svært viktig å fortsette med behandlingen med medisinsk neglelakk til neglen får et normalt utseende. Bivirkninger ved lokal behandling er enkelte tilfeller av forbigående brennende følelse.



Stell av føtter og negler

For å unngå fotsopp og derved minske risikoen for neglesopp og forhindre tilbakefall etter en behandling, finnes der en del enkle og gode råd. Sats på fothygien. Vask føttene med nøytral såpe og tørk føttene nøye. Tenk også på at du må tørke godt mellom tærne. Bytt gjerne strømper hver dag. Du kan også gjerne bytte sko i løpet av dagen. Joggesko kan med fordel vaskes i maskin. Hold deg til dine egne sko. Lån ikke eller bytt sko med andre personer. Unngå unødvendig bruk av tette sko/støvler.

Benytt gjerne badesko ved besøk i svømmehaller og lignende

Stell godt med dine negler på hender og føtter. Pass også på at neglene ikke kommer i klemme eller påføres andre skader, da dette vil gjøre det lettere for soppen å feste seg, noe som igjen kan gi opphav til infeksjoner. Bruk av hansker ved oppvask og rengjøring kan være en enkel måte å beskytte hud og negler på hendene.

I samarbeide med dr Jan Torssander.
Lægehuset Björkhagen, Sverige.

Galderma Nordic AB. c/o Regus Ibsenkvarftet C.J.Hambross plass 2C, 0164 Oslo
Tel 22 99 62 16, Faks 22 99 60 10. www.galdermanordic.com

