

Осторожно: грибок может прятаться у ног

Все люди в течение жизни сталкивались с возбудителями микозов — грибами. Летом под солнцем на пляже можно не только беззаботно отдохнуть, но и заразиться.

Песок и галька — весьма благоприятная среда для распространения грибковой инфекции. Поэтому на отдыхе лучше не отказываться от резиновых тапочек или сланцев. Естественно, что инфекция может подстеречь и в других местах: в бане, дома, в салоне красоты. У многих контакт с грибом проходит без последствий, инфекция чаще настигает тех, у кого есть предрасположенность, либо способствующие факторы, например плоскостопие или сниженный иммунитет, хронические заболевания. Микозам подвержены люди, постоянно принимающие антибиотики.

Как показывает статистика, почти каждый четвертый житель планеты страдает всевозможными грибковыми инфекциями. Наиболее встречающиеся виды инфекции — дерматомикозы, при которых чаще всего страдают стопы ног и ногти. Заражение происходит при непосредственном контакте с больным, а также через инфицированную обувь.

Микозы стоп можно разделить на эпидермомикозы (зудящие шелушащиеся высыпания на стопах и между пальцами) и рубромикозы (кожа на стопах остается сухой, но утолщенной, с обилием мелких чешуек, будто посыпали мукой — собственно, это и есть споры грибов). Они очень легко переносятся от больного человека к здоро-



Споры грибка выдерживают высокую температуру (до 100 градусов С), способны выжить при температуре до минус 50-60 градусов С, они месяцами сохраняются в активном состоянии в пляжном песке.

вому. Кроме кожных покровов часто поражаются ногтевые пластины: теряют блеск, ломаются, желтеют. Возможно поражение голени и туловища.

Некоторые инфицированные люди не спешат лечить грибок до тех пор, пока он не доставляет сильного дискомфорта. Это абсолютно безответственное поведение, так как пострадать могут и родные, и знакомые, и посторонние люди. Поэтому откладывать лечение не стоит. К тому же, запущенное заболевание легко перерастает в экзему, рожистые воспаления, а также способно поражать лим-

фатические узлы.

Защитится от недуга, помогут простые профилактические меры:

- Не надевайте чужую обувь.
- Не ходите разутыми в

бане, бассейне, на пляже.

- Ухаживайте за ногами, не допускайте образования трещин, т. к. инфекция проникает через них.

- Рекомендуется дезинфицировать свою обувь и тщательно соблюдать все правила личной гигиены. Насухо вытирайте ноги полотенцем. Для профилактики обрабатывайте межпальцевую зону специальным антигрибковым кремом.

Кожный грибок, как уверяют дерматологи, считается одним из наиболее распространенных недугов. За последние десять лет частота заражения этим грибом повысилась в два с половиной раза. Получается, что от микоза страдает более двадцати процентов населения планеты. Пятьдесят процентов всех заболеваний, поражающих кожу, можно отнести к категории грибковых инфекций. По распространенности микоз уступает только болезням, которые носят гнойничковый характер.

Многие ошибочно полагают, что грибок — лишь кожная болезнь, но это не так. Постепенное внедрение возбудителя в организм происходит в несколько этапов:

- Поверхностное поражение. Через микротрещины на коже грибковые споры попадают в верхние слои эпидермиса, где, при благоприятных условиях, начинают расти и размножаться.

- Попадание в глубокие слои. По мере роста возбудитель проникает глубже в слои кожи, достигая подкожно-жировой клетчатки.

- Проникновение в кровь. Постепенно углубляясь в ткани, грибок достигает капилляров и попадает в кровеносное русло.

- Грибковое поражение органов. Попав в общий кровоток, возбудитель распространяется по всему организму и может попасть в ткани любого органа, где начинает активно размножаться, разрушая клеточную структуру.

- Последний вариант с инфицированием органов встречается только у людей с ослабленным иммунитетом, которые пренебрегают лечением грибковой патологии.

ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ

Если хочешь быть здоров — проверяйся!

Для привлечения населения к участию в профилактических мероприятиях на территории области проводится масштабная кампания по информированию граждан о необходимости прохождения диспансеризации.

Подлежащим ей застрахованным лицам направляются индивидуальные приглашения. Во избежание очередей в поликлиниках информирование населения происходит не одновременно, а постепенно. В первом и втором квартале страховые представители уже оповестили более 173 тысяч человек.

В третьем квартале запланировано оповестить 105 тысяч граждан. Приглашение на диспансеризацию осуществляется через SMS-сообщения, электронные сообщения или

письма. Так же вам может позвонить страховой представитель — обязательно выслушайте его, он расскажет, как и в каком порядке можно пройти профилактические обследования.

ВАЖНО! Начиная с 2018 года, наряду с диспансеризацией, проводимой один раз в 3 года, дополнительно введены обследования на онкопатологию один раз в 2 года: маммография для женщин в возрасте от 51 года до 69 лет и исследования кала на скрытую кровь

для граждан в возрасте от 49 до 73 лет.

О возможности прохождения «дополнительной» диспансеризации страховые представители также оповестят граждан в индивидуальном формате.

Если вы получили приглашение на диспансеризацию в этом году, обязательно приходите в поликлинику по месту жительства с паспортом и полисом ОМС!

К врачу записываться не нужно, сразу обращайтесь в кабинет медицинской профилактики.

Напоминаем, что диспансеризация проводится бесплатно! В случае возникновения вопросов, касающихся прохождения диспансеризации, обращайтесь в **Единый Контакт-центр в сфере ОМС — 8-800-100-80-44.**

