



NAGŲ GRYBELIS – *nusilpusio organizmo pasekmė*

Gėda, baimė ir nežinomybė yra labai gerai pažįstami tiems, kurie kenčia nuo nagų grybelio. Šie žmonės ilgai kankinasi bandydami patys išsigydyti grybelį, kantriai jo pažeistas vietas tepa įvairiais tirpalais ar eteriniais aliejais, tačiau pas gydytoją nedrįsta kreiptis.



KOMENTUOJA

**Grožio terapijos ir chirurgijos klinikos „Sugihara“
gydytoja dermatologė Jolanta Žilienė**

kai dėvima nepatogi ar ankšta avalynė, kai nuspaudžiamas nagas, kai prakaituoja koja guminiuose batuose. Drėgną terpę mėgsta visi grybeliai.

– Kaip atpažinti nagų grybelį ir kada kreiptis į gydytoją?

– Atpažinti grybelį galima pasidarius tyrimus, tačiau įtarti įmanoma jau tada, kai pakinta nago plokštelės kampas ar kraštas. Grybelinė nagų infekcija yra lėtinis susirgimas, todėl užtrunka ir jo gydymas. Visais atvejais reikalingi tyrimai, kurių vienas nustatytų diagnozę, o kitas grybelio rūšį. Tuomet būtų skirtas gydymas.

– Internetu įvairiuose forumuose galima rasti patarimų, kaip gydyti nagų grybelį. Nuo jodo ir acto tirpalo iki arbatmedžių eterinio aliejaus. Ką jūs apie tai manote?

– Laiko gaišimas. Nepamirškime, kad nago plokštelė yra tankus kietas ir storas audinys, todėl tai, ką priima oda, nagas nepriims. Jokios medžiagos negali taip giliai įsiskverbti į nagą ir panaikinti grybelį. Pats naujausias ir tikrai efektyvus nagų grybelio gydymo metodas – procedūra su lazeriu.

– Ar lazerio šviesa nekenkia organizmui?

– Lazerio procedūros yra visiškai saugios ir neturi pašalinio poveikio. Nagų grybelio gydymo metu, lazerio šviesa įkaitina nago plokštelę iki 40–50 laipsnių, tokios temperatūros užtenka grybelio baltymui suardyti. Taip sunaikinama infekcija ir sustabdomas jos plitimas. Po procedūrų kursų reikia sulaukti, kada ataugės sveika nago plokštelė. Pažeistas nagas nepasikeis, jis tiesiog turi nuaugti.

– Kas atsitiks, jei grybelio negydysime? Ar jis gali savaime išnykti?

– Ne, tai neįmanoma. Grybelį būtina gydyti, nes jis lengvai plinta. Grybelis formuoja sporas, o žmonės, kurie nesigydo, visur platina tas sporas. Labai didelis procentas žmonių turi grybelį, ypač vyresnio amžiaus. Jei jūsų namuose lankosi svečiai, reikėtų paprašyti, kad jie nenusiautų batų.

– Dėkoju už pokalbį.

Pastebėję pirmuosius nago pakitimus – nedelskite ir kreipkitės pas dermatologą!

Grožio terapijos ir chirurgijos klinikos „Sugihara“ gydytoja dermatologė Jolanta Žilienė sako, kad nagų grybelio jokiais būdais nereikia gėdytis, jį reikia gydyti, o išgydžius saugotis predisponuojančių faktorių, kurie padidina riziką vėl susirgti.

– Gydytoja, kodėl žmonės nesikreipia į medikus, o

patys bando išnaikinti nagų grybelį?

– Dažniausios priežastys – gėda, baimė ir nežinojimas. Net ir šiais laikais daugelis mano, kad grybelis yra susijęs tik su higienos nesilaikymu, tačiau tai nebūtinai yra tiesa. Grybelį pacientai bando patys išgydyti, dažnai tai daro gana neatsakingai – kažkas pamokė, kažkur perskaitė. Priežasčių yra įvairių.

– Kokie predisponuojantys faktoriai gali nulemti didesnę riziką susirgti?

– Tų faktorių yra nemažai: žmonės, kurių pėdos linkusios prakaituoti, sergantys diabetu ar žvyneline, sportininkai ir pirčių mėgėjai – visi jie patenka į rizikos grupę. Tačiau dažniausiai ir tai yra susiję su savisaugos įgūdžių neturėjimu. Pavyzdžiui, baseino vandenyje grybeliu užsikrėsti beveik neįmanoma, tačiau po dušo (kai basa koja užlipama ant šlapių grindų arba su kojine užlipus ant šlapių grindų, o tada kojas įkišus į batus) – infekcija garantuota. Ir koja, ir kojine privalo būti sausas. Labai gerai, jei naudojami antiseptikai. Kitas faktorius – nusilpusi organizmo imuninė sistema, tuomet ypač lengvai prikimba mieliagrybis. Aišku, pavojinga ir tada,