

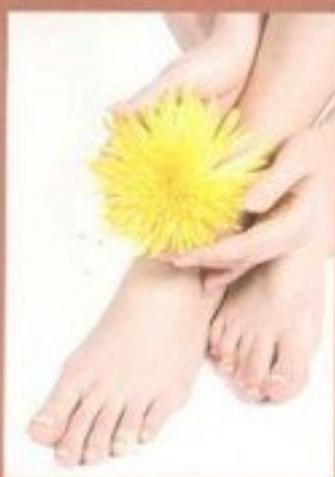
В. Н. СТРУЧКОВА

*СОВЕТУЕТ ДОКТОР*



# ГРИБКОВЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

*Современный взгляд  
на лечение и профилактику*



*Причина болезни —  
ослабление  
иммунитета*

*Грибковые  
инфекции —  
путь к аллергии*

*Лечимся дома,  
или Ванны для ног  
с морской солью*

*Спаستись от грибка:  
все дело в обуви?*



Советует доктор (Весь)

Валентина Стручкова

**Грибковые заболевания.  
Современный взгляд на  
лечение и профилактику**

ИГ "Весь"

2014

УДК 616.9  
ББК 55.1

**Стручкова В. Н.**

Грибковые заболевания. Современный взгляд на лечение и профилактику / В. Н. Стручкова — ИГ "Весь", 2014 — (Советует доктор (Весь))

ISBN 978-5-9573-0791-4

Как передается грибковая инфекция, можно ли защититься от заражения, и что необходимо для этого делать? Когда надо начать лечение, чтобы навсегда избавиться от микозов? Прочитав эту книгу, вы познакомитесь с новыми лекарственными средствами для лечения грибковых заболеваний и методами их применения, узнаете о различных приемах, позволяющих справиться с болезнью, о том, как избежать повторного заражения и уберечь от инфекции своих близких. Особое место в книге отведено сведениям о профилактике и соблюдении правил личной гигиены, о важности укрепления защитных сил организма. Для широкого круга читателей.

УДК 616.9

ББК 55.1

ISBN 978-5-9573-0791-4

© Стручкова В. Н., 2014  
© ИГ "Весь", 2014

# Содержание

Введение	6
Глава 1	8
Кожа – зеркало здоровья	8
Мир грибов вокруг нас	10
Грибковые заболевания, или микозы	11
Конец ознакомительного фрагмента.	14

**Валентина Николаевна Стручкова**  
**Грибковые заболевания. Современный**  
**взгляд на лечение и профилактику**

© ОАО Издательская группа «Весь», 2005

## Введение

Знать об особенностях грибкового заболевания нужно не только для того, чтобы вылечиться, но, в первую очередь, чтобы предотвратить его. Прежде всего, нужно иметь представление об источниках инфекции: кто и где может вас заразить. Важно понимать, каким образом передается грибковая инфекция: через прикосновения, личные вещи, предметы обихода или другими путями; как можно защитить себя от заражения, и что нужно для этого делать. Вам следует также уяснить для себя, что вылечиться от грибкового заболевания достаточно сложно. И не только потому, что придется длительное время принимать лекарства, выполнять врачебные назначения и процедуры, но также потребуется регулярно сдавать контрольные анализы и проводить дезинфекцию вашей квартиры и личных вещей. Для этого понадобится много терпения и постоянных усилий. Грибковые заболевания требуют длительного и достаточно затратного лечения, поэтому чем раньше начнете лечить болезнь, тем легче будет с ней справиться.

Прочитав эту книгу, вы познакомитесь с новыми лекарственными средствами для лечения грибковых заболеваний и методами их применения, узнаете о различных приемах, позволяющих справиться с вашей болезнью, о том, как избежать повторного заражения и уберечь от инфекции своих близких. Особое место в книге отведено сведениям о профилактике и соблюдении правил личной гигиены, о важности укрепления защитных сил организма в борьбе с грибковыми заболеваниями.

Несколько слов необходимо сказать о лекарственных препаратах, которые применяются в лечении микозов. Последние десятилетия часто называют «золотым веком» медицинской микологии, подразумевая успехи, достигнутые в диагностике и лечении грибковых инфекций человека. Действительно, современная терапия микозов стала намного более эффективной, безопасной и удобной как для врача, так и для пациента. Новые лекарственные средства хорошо помогают справиться с грибковыми заболеваниями, однако их использование требует осторожности и четкого соблюдения правил применения.

Противогрибковые средства действуют на организм человека определенным образом, и только специалист знает, как подобрать оптимальный вариант терапии с учетом возраста, наличия сопутствующих заболеваний, состояния желудочно-кишечного тракта и сосудов, вашего образа жизни и материальных возможностей. Самостоятельно менять дозы и порядок приема не только неразумно, но иногда и опасно. Помните, что в ваших интересах следовать предписанию врача. Побочные эффекты от приема противогрибковых средств у некоторых людей могут быть достаточно серьезными. И, конечно, риск получить какое-либо осложнение может заставить вас задуматься: а стоит ли вообще принимать эти лекарства? Ответ на этот вопрос будет за вашим врачом, который тщательно взвесит все «за» и «против». В большинстве случаев преимущества такого лечения значительно перевешивают риск побочных эффектов. Миллионы людей принимают противогрибковые препараты без вредных последствий, в то время как у некоторых они все же бывают. Больной, узнав о побочных действиях назначенных лекарств, часто бывает разочарован. Однако напомним еще раз: побочное действие является следствием использования любого эффективного препарата. Но это вовсе не значит, что такое лекарство нельзя принимать. Пациент должен строго следовать указаниям врача, а также мерам предосторожности, которые включают периодическую сдачу анализов крови, мочи и самоконтроль за самочувствием, чтобы при первых симптомах осложнений можно было сразу принять эффективные меры. Если, принимая лекарства, вы строго соблюдаете эти правила, то у вас вряд ли возникнут осложнения. Но если вы лечитесь самостоятельно или прекратили лечение, не посоветовавшись с врачом, то можете столкнуться с серьезными неприятностями. Поэтому приведем несколько советов о том, как правильно принимать лекарства.

⇒ Принимайте все медицинские препараты строго по назначению врача и в соответствии с инструкцией. Не уменьшайте и не увеличивайте дозу самостоятельно. Если вам рекомендовано принимать лекарство после еды, не глотайте его на пустой желудок.

⇒ Немедленно сообщайте врачу обо всех побочных эффектах.

⇒ Будьте терпеливы. Многие лекарства помогают не сразу, так как сначала должны накопиться в крови, а это может занять несколько дней или даже недель.

⇒ Остерегайтесь резко прекращать прием некоторых препаратов. Это может вызвать нежелательные побочные эффекты.

⇒ На все сильнодействующие лекарства организм бурно реагирует. Будьте к этому готовы.

И обязательно лечитесь, не давайте грибам ни малейшего шанса: ведь сегодня у нас с вами появилась реальная возможность полного излечения от грибковых заболеваний. Искренне надеемся, что информация, полученная из этой книги, послужит вашему оздоровлению. Пожелаем вам терпения и удачи.

# Глава 1

## Что такое грибковые заболевания

### Кожа – зеркало здоровья

Наша кожа, как самый чуткий барометр, отражает и наше здоровье, и наши болезни. Возникновение кожных болезней может быть связано с разнообразными изменениями в работе внутренних органов, с нарушениями обмена веществ. Заболевания желудочно-кишечного тракта, нарушения со стороны желез внутренней секреции, недостаток витаминов в пище непосредственно влияют на наш внешний вид, а кроме того, и на общее состояние организма, вызывая угнетенное настроение, повышенную раздражительность, понижение трудоспособности. Каждому из нас приходилось не раз отмечать в повседневной жизни, что различные эмоции, особенно отрицательные, сразу же отражаются на коже лица, а нередко и всего тела. Например, потливость и зуд могут возникнуть в результате стрессов. В то же время кожные изменения способствуют ответным проявлениям во внутренних органах и системах.

Кожа представляет собой не только внешний покров всего тела человека, но и важный орган, который выполняет разнообразные и сложные функции всего организма, его органов и тканей, которые осуществляются под управлением центральной нервной системы.

Кожа – самый большой орган нашего тела. Ее масса примерно в три раза превосходит массу печени (самого крупного органа в организме) и достигает 5 % от общего веса тела. Общая площадь ее поверхности у взрослого человека доходит до 2 м<sup>2</sup>. На разных участках тела она имеет разную толщину от 0,4 до 4 мм. Физиологи установили, что участок кожи размером с монету снабжен 1 м кровеносных сосудов, 4 м нервов, примерно 100 потовыми и 15 сальными железами, в нем расположено до 60 волосяных мешочков, тысячи пигментных клеток, 150 см лимфатических сосудов и 25 нервных окончаний. Представьте себе, какие сложные процессы происходят на каждом участке нашего кожного покрова! А все для того, чтобы кожа была здорова и защищала нас от жары и холода, от загрязнений окружающей среды, болезнетворных бактерий, вирусов грибов и других внешних воздействий.

Кожа не только защитница, но и труженица. Именно она вырабатывает крайне необходимый витамин D<sub>3</sub>, без которого кальций не может усваиваться организмом, а значит, невозможно построение и укрепление костей.

Толщина кожи на разных частях тела неодинакова. Наибольшую толщину (около 4 мм) имеет кожа, покрывающая череп, спину, бедра, ладони и ступни, а наименьшую – кожа век (0,4 мм).

Различают три основных слоя: эпидермис (надкожицу), дерму (собственно кожу) и подкожную жировую клетчатку.

*Роговой слой эпидермиса* находится сверху и состоит из тонких роговых клеток, покрывающих всю поверхность кожи. Клетки этого слоя постоянно обновляются: старые клетки шелушатся, опадают и заменяются новыми. Этот физиологический процесс происходит постоянно и усиливается при обмывании и вытирании кожи. Протекает он медленно, и здоровый человек его почти не замечает. Рост новых клеток происходит во внутреннем зародышевом слое эпидермиса. *Собственно кожа, или дерма*, состоит из тонких соединительнотканых эластичных волокон, благодаря которым она упруга и эластична. *Подкожная жировая клетчатка* связывает кожу с лежащими под ней органами.

Коже присущи многообразные функции: защитная, терморегулирующая, секреторная, дыхательная, обменная и др.

Прежде всего, *кожа – орган защиты*. Эпидермальный слой кожи защищает расположенные под ним ткани, нервы, сосуды от вредных влияний внешней среды: механических травм, термических, химических, световых и электрических воздействий, проникновения микроорганизмов. Вырабатывая пигмент, она защищает организм от чрезмерного влияния солнечных лучей.

Кожное сало, смазывая тонким слоем поверхность кожи и волосы, предохраняет их от вредного воздействия воды и различных химических соединений, с которыми приходится соприкасаться в повседневной жизни. В коже человека имеется около 300 тысяч сальных желез. Больше всего их находится на волосистой части головы, на лице, спине и груди. Нормально функционирующие сальные железы выделяют в течение недели от 100 до 200 г кожного сала.

Кожа также является *очищающим органом*. Выделяя пот, она освобождает организм от многих вредных для него продуктов обмена, скапливающихся в крови и тканях (мочевина, аммиак и др.). Вместе с потом выделяются и различные ядовитые вещества, попавшие в организм вместе с пищей или лекарствами. Кожа человека содержит более 2 млн потовых желез, которые распределены по телу человека неравномерно и выделяют в сутки от 0,4 до 2 л пота.

Кожа принимает активное участие в *терморегуляции организма*, обеспечивая постоянную температуру тела как летом, так и зимой. При повышенной температуре воздуха мышцы расслабляются, сосуды расширяются, увеличивается приток крови и отдача организмом тепла: происходит обильное выделение пота. При низкой температуре сосуды суживаются, приток крови уменьшается, теплоотдача резко понижается. Процесс терморегуляции осуществляется под постоянным контролем центральной нервной системы. Наиболее благоприятной для человека является температура внешней среды в 18–20 °С.

*Дыхательная функция кожи* состоит в обмене газов. Через кожу выводится приблизительно 2 % углекислого газа, выделяемого легкими человека за сутки, а поглощается около 1 % всего вдыхаемого кислорода. Кроме того, за сутки кожа выводит до 800 г водяных паров, то есть почти в два раза больше, чем легкие.

Кожа является также *органом питания*. Хотя большинство попадающих на кожу веществ задерживается на ее поверхности, все же некоторые вещества могут проникать вглубь, например, спирт, эфир, ртуть и другие. Через кожу организм может впитывать различные вещества: лекарственные средства, растительные и животные жиры, витамины, гормоны.

Но иногда такой сложный и хорошо отлаженный механизм дает сбой. И виной тому – сам человек. Неправильное питание, нарушенный сон, увлечение алкоголем и табаком – все это медленно, но верно ведет к серьезным нарушениям процессов, происходящих в нашей коже. Эти нарушения заметны невооруженным глазом, достаточно посмотреть на себя в зеркало. Фурункулезы, угревая сыпь, нарывы, экземы, «печеночные» пятна, грибковые поражения кожи и ногтей становятся нежелательными спутниками нашей жизни. Специалисты уверены, что все это только последствия, а причины – внутри самого организма. Именно поэтому, по мнению дерматологов, лечить и защищать нужно не только кожу, но и весь организм.

## Мир грибов вокруг нас

Грибы растут практически всюду. На островах Северного Ледовитого океана среди мхов и лишайников встречается около 30 видов грибов. В тундре к этим грибам прибавляется много других, вплоть до белых и подберезовиков. Грибы растут в степях, полупустынях и даже пустынях. Но настоящее грибное царство находится в лесной зоне.

Грибы, в отличие от растений, не имеют хлорофилла и потому вынуждены питаться готовыми органическими веществами. Они обычно поселяются на растениях, животных или их остатках. В зависимости от растительного субстрата – живого или мертвого – грибы подразделяются на паразитов и сапрофитов. Они относятся к числу аэробных организмов, то есть нуждаются в свободном кислороде. Грибы, обитающие в почве, разрушают и минерализуют растительные остатки и часто являются возбудителями различных грибковых болезней растений.

Во многих странах мира грибы употребляют в пищу; насчитывается более 100 видов съедобных грибов. Многие из них довольно ценные, содержат белковые вещества, ферменты и витамины. Дрожжи применяются в хлебопечении, винокурении и пивоварении.

Грибы издавна верно служат людям в качестве лечебных средств. Некоторые из них упоминаются в сочинениях Диоскорида, Плиния старшего и Галена. Как средства народной медицины они фигурируют в травниках – рукописных книгах о лекарственных растениях. Естественно, народная медицина обратила внимание сначала на макромицеты – грибы, обладающие крупными плодовыми телами. Как лекарственные средства использовались съедобные (белый гриб, шампиньоны, дождевики), несъедобные (плодовые тела трутовиков, березовый гриб чага и др.) и ядовитые (мухомор) грибы. Однако новую эру в медицине открыли представители другой обширной группы грибов, не образующих крупных плодовых тел, – микромицеты. Именно эти скромные микроскопические грибы подарили человечеству такие мощные лечебные средства, как антибиотики, ферменты, гормоны. Пенициллин, первый из открытых учеными антибиотиков, спас миллионы больных пневмонией, заражением крови, скарлатиной, дифтерией и другими заболеваниями. Ныне в распоряжении врачей десятки сильнейших антибиотиков, которые получают из специально выведенных культур грибов.

Увы! Не все грибы целебны. Среди почти 100 тысяч известных науке грибов медицинская микология особо выделяет примерно 200 видов, которые могут быть возбудителями опасных и трудноизлечимых болезней. Одни из них – паразиты тканей и органов, ослабленных какими-либо неблагоприятными воздействиями, другие становятся аллергенами при контакте человека с их спорами или продуктами жизнедеятельности, третьи могут стать причиной отравления.

## Грибковые заболевания, или микозы

Это группа инфекционных кожных заболеваний человека, вызываемых грибами. От бактериальной инфекции микоз отличается более медленным развитием, частыми рецидивами, а также тем, что не оставляет иммунитета после излечения (в отличие от других заболеваний).

Грибы-паразиты широко распространены в природе, они живут в почве, воде, паразитируют на растениях и животных. Они состоят из септированного мицелия и спор. Мицелий имеет вид круглых трубок, диаметром от 1 до 10 мкм, длиной от 4 до 70 мкм и более. Перегородки более отчетливо выражены у зрелых нитей. Ветвление происходит боковыми выростами гифов (в переводе с греческого *hyphē* – ткань, паутина). Переплетаясь друг с другом, гифы образуют сплетение мицелия – грибницу. Концы нитей формируют своеобразные ветвления, из-за внешнего сходства называемые рогами оленя или канделябрами, иногда они имеют вид завитков или тонких спиралей.

Споры являются средством размножения и распространения грибов во внешней среде. В благоприятных условиях они в изобилии образуются на различных питательных средах и во внешней среде – в почве, на плодах, растениях. Споры возникают или внутри мицелия (*эндоспоры*), или вне его, на мицелии (*экзоспоры*).

Для определения вида грибов пользуются посевами на искусственные питательные среды, содержащие глюкозу, пептон, или агар. На этой среде грибы дают своеобразный рост, различные формы колоний, вырабатывают фермент разного цвета, что и позволяет их идентифицировать.

Одни грибы-паразиты поражают только человека – это антропофильные разновидности, другие – млекопитающих животных, их называют зоофильными, и третьи вызывают заболевания и у животных, и у человека, они принадлежат к зооантропофильным грибам. Питательным субстратом для этих видов грибов является кератин – белок, содержащийся в роговом слое кожи, волосах и ногтях. Поэтому грибы поражают именно эти кератинсодержащие ткани. А обитающие повсюду грибы из рода *Candida*, которые неплохо себя чувствуют на растениях, в молоке и других пищевых продуктах, в ротовой полости и желудочно-кишечном тракте человека, при ослаблении организма могут поражать слизистые оболочки, а некоторые – даже вызвать общую инфекцию.

Все грибковые заболевания подразделяются на две основные группы: поверхностные и глубокие микозы.

*Поверхностные:*

- ◆ кератомикозы, поражающие только роговой слой кожи;
- ◆ дерматомикозы, затрагивающие гладкую кожу и ее «придатки» (волосы, ногти), иногда сопровождающиеся воспалением дермы;
- ◆ кандидозы – дрожжевые поражения кожи, слизистых оболочек, ногтей.

При *глубоких (системных)* микозах происходит поражение всех органов и систем, всех слоев кожи.

На первых порах почти все дерматомикозы развиваются как местные процессы, поражающие кожу, волосы и ногти. Однако постепенно происходит изменение реактивности организма, сопровождающееся иммунологическими сдвигами, и заболевание становится общим. Часто развивается аллергическое состояние, сопровождающееся вторичными аллергическими высыпаниями. Иногда бывают повышение температуры тела, слабость, вялость, головная боль. В редких случаях поражаются внутренние органы. Полностью излечить глубокие микозы очень трудно, поэтому так важны ранняя диагностика и своевременное эффективное лечение местных дерматомикозов.

Заражение грибковыми заболеваниями обычно происходит несколькими путями:

- ◆ от больного человека;
- ◆ от больного животного и через предметы обихода: головные уборы, расчески, постельное белье, полотенца и т. д.

Инкубационный период в среднем продолжается от 3 до 7 дней, реже – от 4 до 6 недель.

### **Условия, способствующие возникновению микозов**

Для развития грибов наиболее благоприятна нейтральная или слабощелочная среда с рН 6–6,7 и повышенная температура выше 25 °С.

Следует заметить, что рН кожи здорового человека имеет слабо-кислую реакцию около 5,5, и это служит одним из важных факторов защиты от грибковой инфекции. При повышенной потливости, а также при любых заболеваниях, стрессах, переутомлении или переохлаждении кислотность кожи снижается, что создает благоприятные условия для поселения на ней грибов и развития микоза.

У человека температура кожи головы и конечностей обычно колеблется в пределах 25–30 °С, что как раз является оптимальным для развития грибов. Именно поэтому чаще других грибковой инфекцией поражаются эти участки кожи. Однако грибы хорошо переносят низкие температуры и остаются жизнеспособными даже после размораживания. Для них губительны высокие температуры: при кипячении они погибают в течение 5–15 минут. Поэтому высокая температура является одним из методов дезинфекции белья и одежды, принадлежащей больным грибковыми заболеваниями.

Прямые солнечные и ультрафиолетовые лучи сравнительно быстро убивают грибки. В волосах, чешуйках кожи, на бумаге, домашних вещах они живут несколько лет. Под влиянием внешних условий грибы могут сильно видоизменяться, этим объясняется появление необычных колоний, развитие устойчивости, изменение патогенности и т. д.

Возбудители микозов человека легко переносят высушивание – оно лишь на какое-то время задерживает их рост и размножение. В чешуйках кожи и волосах, которые осыпаются с поверхности очагов поражения, грибы могут годами сохранять жизнеспособность (в коврах, обивке мебели, одежде, обуви и других домашних вещах). Но, однажды попав на кожу человека, они могут вновь начать размножаться и способны вызвать заболевание.

Губительное действие на грибы оказывают некоторые *химические реагенты*. Например, в 1 %-м растворе формалина грибы гибнут через 15–20 минут. Раствор хлорамина убивает их через 30–40 минут, а 5 %-е растворы соляной и серной кислот – через 40–60 минут. Более эффективен 40 %-й раствор уксусной кислоты – на его фунгицидном свойстве основана дезинфекция обуви, зараженной грибом.

Подавляющее большинство из окружающих нас грибов являются *условно-патогенными*. Это означает, что их активность проявляется лишь *при ослаблении защитных сил организма*. В нашем организме есть особая система, которая стоит на страже безопасности и четко умеет отличать «свое» от «чужого» и, следовательно, потенциально опасного – эта система называется иммунной. Клетки иммунной системы защищают нас от мириадом различных микробов, вирусов и грибов, от огромного количества ядовитых веществ растительного и животного происхождения, от генетически изменившихся собственных клеток, а также от чужих клеток, попадающих в организм при пересадке органов и переливании донорской крови. Она действует как пограничный патруль: проверяет все поступающие в организм вещества, с которыми мы соприкасаемся, которые вдыхаем или принимаем внутрь, и определяет, какие из них могут представлять опасность. Чтобы распознать и обезвредить агрессоров, иммунная система продуцирует целые полчища специфических антител, которые либо совместными усилиями уничтожают пришельцев, либо нейтрализуют их, делая безвредными. Таким образом, в основе иммунитета заложено четкое распознавание «своего» и «чужого», а также строгий контроль за этим «чужим». Четкой работой иммунной системы можно объяснить, почему одни люди нико-

гда не болеют грибковыми заболеваниями, а другие испытывают недомогание при первом же контакте с этими аггессорами. В здоровом организме и на абсолютно здоровой коже никогда не развиваются микозы. Неповрежденная кожа взрослого здорового человека служит надежным защитным барьером благодаря прочности поверхностного рогового слоя эпидермиса и слабo-кислoму значению рН.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.