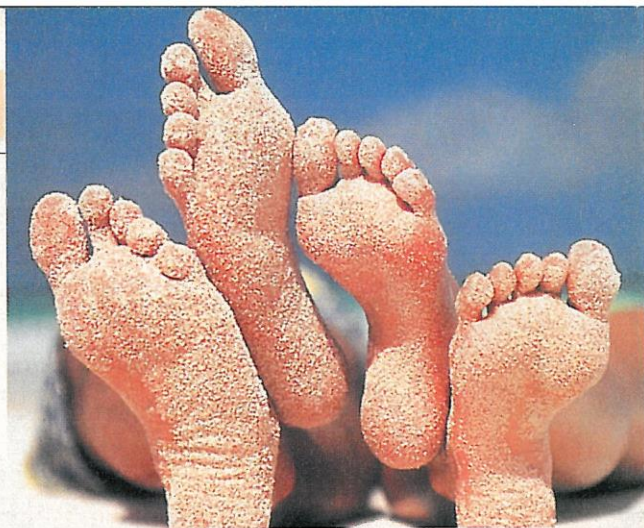


## Μύκητες

Πόσοι είναι οι μύκητες; Μην ξαφνιαστείτε, είναι πάνω από 100.000, αλλά παθογόνοι για τον άνθρωπο είναι μόλις οι 100. Λίγοι, αλλά πολύ ενοχλητικοί. Βρίσκονται παντού στο περιβάλλον και μολύνουν, μόλις βρουν τις κατάλληλες συνθήκες.



# Ενοχλητικοί επισκέπτες της επιδερμίδας

**Ο**ι μύκητες είναι μικροοργανισμοί που ανήκουν στο φυτικό βασίλειο, δεν διαφοροποιούνται όμως σε ρίζα, κορμό και φύλλα και δεν μπορούν να παράγουν χλωροφύλλη. Υπάρχουν 100.000 είδη μυκήτων. Από αυτά περίπου εκατό είναι παθογόνα για τον άνθρωπο, ενώ μερικά είναι ευκαιριακά παθογόνα, δηλαδή προκαλούν μυκητίαση σε άτομα που έχουν προδιάθεση.

Προδιάθεση στις μυκητιάσεις έχουν τα άτομα με λιπαρό δέρμα, που ιδρώνουν πολύ, που χρησιμοποιούν αντιβιοτικά για μεγάλο διάστημα, που χρησιμοποιούν ανοσοκατασταλτικά φάρμακα. Ακόμη, οι πάσχοντες από βαριές παθήσεις και οι ηλικιωμένοι.

Παράγοντες που θα μπορούσαν να επηρεάσουν τη δημιουργία μυκητιάσεων είναι οι υψηλές θερμοκρασίες και η υγρασία του καλοκαιριού, η αυξημένη εφίδρωση, η χρήση κλειστών πλαστικών ή άλλων παπουτσιών για μεγάλο διάστημα, οι ερεθισμοί από εφαρμοστά μπλουτζιν ή άλλα στενά ρούχα ή συνθετικά εσώρουχα και η έλλειψη καθαριότητας.

**Οι μύκητες** βρίσκονται στο περιβάλλον μας, στα ζώα, στα φυτά, στο έδαφος, σε μερικά είδη διατροφής και στο νερό. Ο άνθρωπος μπορεί να μολυνθεί από αυτές τις πηγές. Μια συχνή πηγή μόλυνσης είναι τα κατοικίδια ζώα, κυρίως οι γάτες. Το καλοκαίρι η μόλυνση μπορεί να γίνει από την άμμο στη θάλασσα, που μπορεί να έχει

μολυνθεί. Ακόμη, έχουν απομονωθεί μύκητες από το δάπεδο των καμπίων και των ντους στις πλαζ, από μολυσμένα άτομα που περπατούν χωρίς παπούτσια.

**Ανάλογα** με το σημείο του δέρματος που προσβάλλουν, οι μυκητιάσεις διακρίνονται σε επιφανειακές, που προσβάλλουν την επιδερμίδα και αυτές που προχωρούν βαθύτερα και προσβάλλουν το κυρίως δέρμα και το υπόδημα.

Οι επιφανειακές, που είναι και οι πιο συχνές, προκαλούνται κυρίως από τα δερματόφυτα και την *Candida*. Τα δερματόφυτα μπορεί να προσβάλλουν το τριχωτό της κεφαλής, τις παλάμες, τα πέλματα, τις μηρογεννητικές και τις μεσοδακτύλιες πτυχές.

**Στη μυκητίαση** των μεσοδακτύλιων πτυχών εμφανίζεται λεύκανση της περιοχής. Μερικές φορές η επιδερμίδα αποκολλάται και δημιουργούνται διαβρώσεις και πόνος. Η μυκητίαση αυτή είναι συχνότερη στους αθλητές.

Μία από τις πιο συχνές μυκητιάσεις είναι η ποικιλόχρους πυτυρίαση. Προσβάλλει συχνότερα νέα άτομα (15-45 ετών) και χαρακτηρίζεται από λευκές και καφέ κηλίδες, με λεπτή, πιτυρώδη απολέπιση, κυρίως στην ωμοπλάτη και το θώρακα, μπορεί όμως να επεκταθούν στα χέρια και τον κορμό.

Τα νύχια μολύνονται συχνά τους καλοκαιρινούς μήνες. Αρχικά, εμφανίζουν δυσχρωμία και στη συνέχεια, γραμμοειδείς ραβδώσεις, πάχυνση και ονυχόλυση, γίνονται εύθραυστα και μπορεί να αποκολληθούν.

Για την αποφυγή των μυκητιάσεων θα πρέπει: α) να μη φοράμε συνθετικά ρούχα και να σκουπίζουμε καλά τα πόδια μας όταν κάνουμε μπάνιο, β) να μη χρησιμοποιούμε μάλλινες ή συνθετικές κάλτσες, γ) να μη χρησιμοποιούμε πλαστικά παπούτσια, δ) να χρησιμοποιούμε αντιιδρωτική σκόνη στα πόδια και μέσα στις κάλτσες, ε) να μην ξαπλώνουμε γυμνοί πάνω στην άμμο, στ) να μην περπατάμε ξυπόλητοι σε χώρους όπως τα αποδυτήρια ή δίπλα σε πισίνες.

\* Δερματολόγος, διδάκτωρ Δερματολογίας του Πανεπιστημίου Αθηνών



Γράφει ο  
**ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ**  
**ΜΠΑΛΑΜΩΤΗΣ\***