

Nagu sēnīte piezogas un izaicina

Konsultē Veselības centra 4 Dermatoloģijas klinikas un Veselības centra 4 grupas uzņēmuma Capital Clinic Rīga dermatoloģe **Anda Apine**

Statistika liecina, ka apmēram 70% cilvēku vismaz reizi dzīvē ir bijusi nagu sēnīšslimība. Ārsti, kas veic vispārējās veselības pārbaudes, apliecina, ka gandrīz katram otrajam pacientam jāārstē arī nagu sēnīte. Pastāstiet, kas ir nagu sēnīte un kāpēc tai ir tik liela izplatība?

– Nagu sēnīšslimība jeb onihomikoze ir slimība, ko izraisa vairāku veidu sēnītes – visbiežāk dermatofīti, rauga un pelējuma sēnes. Slimība var skart gan roku, gan kāju pirkstu nagus, tomēr visbiežāk tā bojā kāju pirkstu nagus. Šī slimība ir ļoti lipīga un progresējoša, ja kādam ģimenē tā ir, iespējams, pielīps arī citiem un, ja tā netiek ārstēta, attīstās arvien tālāk, palēnām iznīcinot skartos nagus. Tā kā cilvēki bieži to uzskata tikai par kosmētisku defektu un nagi salīdzinoši ilgu laiku mainās tikai nedaudz, ļoti daudzos gadījumos slimība patiešām netiek ārstēta vai cilvēki aiziet pie ārsta tikai tad, kad nagi jau ļoti lielā mērā ir bojāti, kad šie bojājumi jau rada lielu diskomfortu un pat sāpes. Turklāt bojātu nagu dēļ var pazemināties cilvēka dzīves kvalitāte, pasliktināties psihemocionālais stāvoklis, rasties liekas sociālas problēmas.

Kā notiek inficēšanās ar nagu sēnīti?

– Tas notiek ļoti ātri – staigājot ar basām kājām tur, kur gājis kāds, kam ir nagu sēnīte, lietojot kopīgus dvielus, zeķes, apģērbus, uzvelkot otra čības un tam līdzīgi. Īpaši labvēlīga vide ir koplietošanas telpās, kur ir siltums un mitrums, – pirtis, peldbaseinos, dušas telpās. Sēnītēm patīk mitri, neizžāvēti apavi, svīstošas pēdas.

Vai ir kāda iedzīvotāju grupa, kuru nagu sēnīte piemeklē visbiežāk?

– Tāpat kā ar jebkuru slimību, arī ar nagu sēnīti visātrāk inficējas tas, kura organisma aizsargspējas, imunitāte ir novājināta. Slimība vienlīdz bieži novērojama gan vīriešiem, gan sievietēm, salīdzinoši reti tā ir bērniem līdz pusaudžu vecumam. Īpaši bieži to konstatē cukura diabēta pacientiem,



Anda Apine

kā arī tiem, kuriem ilgstoši jālieto steroidu preparāti vai bieži jālieto antihistamīni.

Kā var noteikt, vai nagi ir inficēti ar sēnīti?

– Ārējie simptomi saskatāmi tad, kad slimība jau ir diezgan tālu progresējusi – nagi kļūst blāvi, dzeltenīgi vai pelēcīgi, parasti tie ir grumbulaini, biezi, trausli, drūpoši. Sēnīte var skart arī ādu – tā var sabiezēt, saplaisāt. Lai konstatētu nagu sēnīšinfekciju, jāiet pie dermatologa, kurš veiks gan vizuālu apskati, gan paņems analīzi paraugu mikroskopiskiem un uzsejuma izmeklējumiem laboratorijā. Analīžu rezultāti kļūst zināmi apmēram mēneša laikā, kad var precīzi noteikt sēnīšinfekciju izraisījušo sēnīšu sugu. Izmeklējumu rezultāti nosaka gan slimības diagnozi, gan terapijas izvēli.

Mūsdienās vairs nevienam nav jābaidās, ka inficētie nagi būs jānoņem – savulaik tā bija viena no ierastākajām metodēm. Taču daudzus biedē arī ilgā medikamentozā ārstēšana. Kādas ārstēšanas metodes ir visefektīvākās?

– Vispirms jāuzsver, ka svarīgi ir nedzīvot ar domu, ka varbūt sēnīte pāries pati, – tā nenotiks! Jo ātrāk slimība tiks precīzi diagnosticēta un sākota tās ārstēšana, jo tā būs vieglāka. Jāuzsver arī, ka ārstēšana būs efektīvāka, ja cilvēks to nebūs sācis pats ar kādiem līdzekļiem – tie var traucēt slimības diagnosticēšanai. Tāpēc, ja cilvēks plāno nākt pie dermatologa ar nagu veselības problēmām, vismaz pēdējo mēnesi pirms vizītes nevajadzētu lietot nekādus ārējus vai iekšējus preparātus. Nagu sēnītes ārstēšanai mūsdie-

nās ārsti izmanto vairākas metodes, dažkārt tās kombinējot. Vēl nesen visbiežāk tika izmantota iekšķīgi lietojamu un ārēji lietojamu medikamentu terapija. Tāpēc esam priecīgi, ka nu jau otro gadu pacientiem varam piedāvāt jaunu, iedarbīgu un noturīgu

“Salīdzinot ar iekšķīgi lietojamo medikamentu terapiju, lāzertapija izmaksu ziņā nav dārgāka”

rezultātus nodrošinošu metodi – nagu sēnītes ārstēšanu ar lāzeru! Salīdzinot ar iekšķīgi lietojamo medikamentu terapiju, lāzertapija izmaksu ziņā nav dārgāka, kā arī tai ir citi pozitīvi aspekti – tā ir mazsāpīga vai pat nesāpīga un klientiem ļoti draudzīga metode. Taču piemērotāko ārstēšanas metodi ārsts izvērtē katram gadījumam atsevišķi gan pēc analīžu rezultātiem, gan naga bojājuma plašuma. Tieši no tā ir atkarīgs, vai tiek izvēlēta medikamentozā terapija iekšķīgi, ārīgi vai lāzertapijas metode, vai smagākos gadījumos – kombinēta terapija.

Kā lāzers iedarbojas?

– Lāzera enerģija dziļi iedarbojas uz nagu un audiem, termiski tiek apstrādāta infekcijas zona, iznīcinot



slimības izraisītāju. Ārstēšanā ietilpst trīs vienkārši soļi: nepirms tiek noņemta deformētā un sabiezējusi naga kārta; nags tiek apstrādāts ar lāzeru; noslēgumā ar lāzeru tiek apstrādāta arī naga sakne. Apstrādājot nagu ar lāzestaru (45°C), paaugstinās audu temperatūra un nagu sēnīšu micēlijs neatgriezeniski iet bojā. Taču tas nebojā apkārtējos audus un neatstāj nelabvēlīgu ietekmi uz veselību. Lā-

zertapiju var lietot gandrīz visām sēnītes formām. Ar *Fotona ND: YAG* (1064 nm) lāzeru parasti nepieciešamas 4–6 ārstēšanas reizes ar intervālu vienu reizi nedēļā, bet ar *A.R.C. Diode Laser* (1064 nm) – 3–5 ārstēšanas reizes ik pēc 6–8 nedēļām. Lāzertapija jākombinē ar nagu lokālo apstrādi. Lāzertapija īpaši ieteicama citās neefektīvas terapijas gadījumos, kā pirmo izvēles terapijas metodi to lieto bērniem. Lāzertapija īpaši ieteicama pacientiem, kam ir pretsēnīšu medikamentu nepanesība vai alerģija pret šiem preparātiem, kā arī aknu, niuru, kuņģa un zarnu trakta slimības. Nekad līdz šim nagu sēnīšinfekcijas ārstēšana nav bijusi tik vienkārša! Aicinu to izmantot katru, kurš rūpējas par savu veselību un dzīves kvalitāti! ▶



Analīzes un nagu sēnītes ārstēšanu ar lāzeru iespējams veikt: *Veselības centra 4* grupas uzņēmumā **Capital Clinic Riga** Duntes ielā 15A, 4. stāvā, Rīgā, tālr. 66333333, 29334224 www.capitalclinicriga.lv

Dermatoloģe **Anda Apine**

pieņem *Veselības centra 4* Dermatoloģijas un ķirurģijas klīnikā Skanstes ielā 50, Rīgā, reģistratūras tālr. 67847102, 28381189 www.dermaclinic.lv

Svarīgi!

Pirms lāzertapijas sākšanas jāveic analīzes un jāgūst apstiprinājums sēnītes infekcijai, kā arī jānosaka tās veids, lai pielāgotu nepieciešamo procedūru skaitu.

Pēc lāzerprocedūras jāvelk jaunus vai dezinficētās zeķes un apavi, jo pretējā gadījumā pastāv atkārtotas infekcijas risks. *Veselības centra 4 Dermatoloģijas klīnikas* un *Capital Clinic Riga* podologa kabinetā ir pieejama īpaša apavu dezinfekcijas ierīce, kas par 99% samazina baktēriju, vīrusu un sēnīšu daudzumu.