

Behandla fotsvamp

Vad är fotsvamp?

Fotsvamp (tinea pedis), som tillhör gruppen dermatofyter, är en vanlig svampinfektion. Denna organism tränger in i hudens översta lager och huden blir infekterad. Vanligtvis förekommer svampinfektionen mellan två tår, oftast mellan lilltån och tån bredvid men den kan också sprida sig till tånaglarna, fotsulorna och sidorna på fötterna.



Som en reaktion på denna svampväxt producerar huden fler celler än normalt. Eftersom dessa celler pressas mot ytan, blir huden tjockare och fjällande. Vanligen är det så att ju mer svampen sprider sig, desto mer fjällar huden och det kan bildas en röd kant i övergången mellan normal och inflammerad hud.

Svampen trivs där det är fuktigt och varmt och det är därför vanligt att smitta sprids i allmänna duschar och omklädningsrum. Barn under tio år får sällan fotsvamp.



Symtom

Symtomen på fotsvamp kan vara många men vanligtvis har man bara en del av dem:

- Klåda, stickande och brännande känsla mellan tårna, speciellt mellan de två yttersta
- Klåda, stickande och brännande känsla under fotsulorna.
- Kliande blåsor
- Huden flagnar eller fjällar
- Ibland kan det bli sprickbildningar och lös hud, speciellt mellan tårna och under fotsulan
- Torr hud under fotsulorna och på sidorna av fötterna.

Hur du behandlar fotsvamp

Man bör alltid behandla en svampinfektion, annars kan den sprida sig till resten av fötterna och andra delar av kroppen. Svampen växer inte i levande vävnad. Därför är en viktig del i behandlingen att minska svampens möjlighet att växa genom att avlägsna död vävnad kombinerat med användning av receptfria läkemedel mot fotsvamp. Medicinsk fotvårdsterapeut är specialist på denna behandling. Förebygg också spridning av svamp genom att hålla torrt, torka ordentligt efter dusch och bad mellan alla tår. Byt dessutom strumpor varje dag och tvätta dem i 60 grader. Husmorsrecept är vanligt förekommande, men har tyvärr visat marginell eller ingen effekt.

Lycka till med fotbehandlingen

Gunilla Hilborn
Medicinsk fotvårdsterapeut