



ATLET AYAĞI

Atlet Ayağı Nedir?

Atlet ayağı, ayak derisinde ortaya çıkan bir enfeksiyondur. Genellikle parmak aralarında başlar ve ayağın üst kısmı ve tabanına doğru yayılır. Nedeni mantar denen küçük organizmalardır. Mantarlar sıcak ve rutubetli yerleri severler ve ayak da tam bu koşulları sağlayan bir ortamdır.

Ciddi Bir Hastalık mıdır?

Görünüşi çirkin ve rahatsızlık verici olmakla birlikte, Atlet Ayağı ciddi bir hastalık sayılmaz. Gerekli şekilde tedavi edildiğinde hiç bir iz bırakmadan iyileşir. Ancak, gerekli tedavi yapılmazsa ayağın daha zararlı başka mikroplara enfekte olma riski vardır.

Nasıl Bulaşır?

Bu hastalığa Atlet Ayağı denilmesinin nedeni, soyunma odaları, duşlar ya da yüzme havuzlarında yalınayak dolaşılması sonucu bulaşmasıdır. Ancak bu hastalığın bulaşması için mutlaka atlet olmanız gerekmez. Bulaşma uygun ortamda olduğu takdirde giysilerden, ayakkabılardan ya da yerden olabilir.

Nasıl Tedavi Edilir?

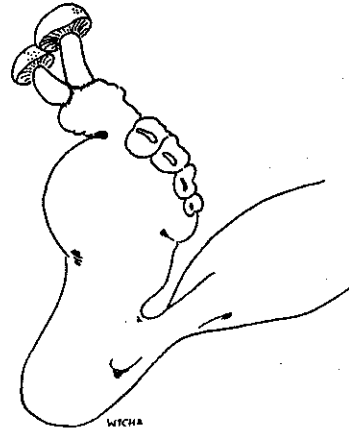
Atlet Ayağının tedavisi için eczacınıza size krem ya da toz şeklinde çeşitli müstahzarlar tavsiye edebilir. Ancak, hangi ilacı kullanırsanız kullanın talimatlara titizlikle uymanız gerekir. Ayaklarınızı sabahları ve akşamları iyice yıkadıktan sonra dikkatle kurularak ilacı uygulamalısınız. Eğer toz şeklinde bir ilaç kullanıyorsanız ayakkabılarınızın içine de bir miktar ilaç serpmeniz iyi olur. Tedavi genellikle bir hafta sürer.

Başka Ne Yapabilirim?

Mantar sıcak ve rutubetli ortamları sevdiği için ayaklarınızı mümkün olduğu kadar kuru tutmaya ve hava almalarını sağlamaya çalışmalısınız. Çoraplarınızın da daima temiz olması gerekir.

İyileşmezse Ne Yapmam Gerekir?

Eczacınıza size önerdiği tedaviyi dikkatle uygularsanız hastalığınızın çabucak iyileşmemesi



için hiç bir neden yoktur. Ancak buna karşın iyileşmiyorsa mutlaka doktora görünmeniz gerekir. Belki de yalnızca doktorunuzun uygulayabileceği bir tedaviye ihtiyacınız vardır.

Yeniden Bulaşmayı Önlemek İçin Neler Yapabilirim?

Ayak bakımı ile ilgili önerileri aynen uygularsanız, yeniden bulaşma olasılığını büyük ölçüde önlemiş olursunuz. Herkesin yalınayak dolaştığı hamam, soyunma odası, havuz gibi umumi yerlerde yalınayak gezmek akıllıca bir davranış olur. Bu tür yerlerde suya dayanıklı sandaletler giymek iyi bir fikirdir.

Atlet ayağı için eczacınız

..... önermektedir.
Eczane Damgası

Not

Tarih

Eğer ilaç kullanıyorsanız, yeni bir ilaca başlama dan önce mutlaka eczacınıza danışınız.

TEB Çeviri ve Araştırma Bürosu