

عفونت قارچی ناخن (onychomycosis) یک بیماری شایع است که می‌تواند ناخن‌ها را شکننده و تغییر رنگ داده، معمولاً روی انگشتان پا را برای شما به همراه داشته باشد.

قارچ‌ها موجودات کوچکی هستند که فقط از طریق میکروسکوپ می‌توانید آنها را ببینید. انواع مختلف می‌توانند باعث عفونت ناخن شوند. قارچ‌ها گاهی اوقات روی پوست زندگی می‌کنند و هیچ مشکلی ایجاد نمی‌کنند. اما اگر تعداد زیادی قارچ در یک منطقه وجود داشته باشد، ممکن است علائم بیماری قارچی تظاهر پیدا کند.

این مقاله که در بخش تحقیقاتی آزمایشگاه تخصصی سرطان پستان نیکو تهیه شده است، بطور کامل عوامل، عوارض و درمان قارچ ناخن را بیان می‌کند.

انواع عفونت‌های قارچی ناخن

چهار نوع اصلی عفونت قارچی ناخن وجود دارد:

اونیکومیکوز دیستال یا جانبی: این رایج‌ترین نوع قارچ ناخن است. ناشی از قارچی به نام درماتوفیت است. ناخن‌های دست یا پا ممکن است به این نوع قارچ درگیر شوند. از بستر ناخن و زیر ناخن شروع می‌شود. یک ناحیه رنگی مایل به زرد را ایجاد خواهد کرد که از لبه‌های ناخن به مرکز و مکان‌هایی که جدا از بستر ناخن است، گسترش می‌یابد.

اونیکومیکوز سطحی سفید: این نوع قارچ کمتر رایج است و فقط روی سطح ناخن، عمدتاً روی ناخن‌های پا تأثیر می‌گذارد. به صورت لکه‌های سفید شروع می‌شود که پودری می‌شوند و باعث خرد شدن ناخن می‌شوند.

اونیکومیکوز پروگزیمال: این قارچ ابتدا به صورت لکه‌های سفید در مرکز بستر ناخن در کوتیکول ظاهر می‌شود. با رشد ناخن به سمت بیرون حرکت می‌کنند. این نوع قارچ نیز نادر است و معمولاً افرادی را تحت تأثیر قرار می‌دهد که دارای مشکلات سیستم ایمنی مانند عفونت HIV هستند.

اونیکومیکوز کاندیدیال: مخمر باعث ایجاد این عفونت می‌شود. ناحیه اطراف ناخن اغلب متورم و ملتهب است و ممکن است ناخن‌ها به طور کامل کنده شوند. این نوع قارچ معمولاً برای ناخن‌هایی اتفاق می‌افتد که در اثر آسیب یا عفونت دیگری آسیب دیده‌اند.

علائم عفونت قارچی ناخن چیست؟

به بسته به نوع عفونت قارچی ناخن، علائم متفاوت است. علائم معمولاً خفیف شروع می شوند و با گذشت زمان جدی تر می شوند.

علائم قارچ ناخن عبارتند از:

- ضخیم شدن ناخن
- بی رنگ شدن ناخن
- شکننده، یا ناهموار شدن ناخن
- بد شکل شدن ناخن
- جدا شدن ناخن از بستر
- بوی بد

قارچ ناخن می تواند ناخن های دست را درگیر کند، اما در ناخن های پا شایع تر است.

چه عواملی خطر ابتلا به قارچ ناخن را افزایش می دهد؟

عواملی که می توانند خطر ابتلا به قارچ ناخن را افزایش دهند عبارتند از:

- سن بالا
- پوشیدن کفش هایی که پاها در آن به شدت عرق می کنند
- راه رفتن با پای برهنه در مکان های عمومی مرطوب مانند استخرها، سالن های ورزشی و اتاق های دوش
- داشتن آسیب جزئی پوست یا ناخن
- داشتن یک بیماری پوستی که ناخن ها را تحت تاثیر قرار می دهد، مانند پسوریازیس
- ابتلا به دیابت، مشکلات جریان خون یا ضعف سیستم ایمنی

عوارض ابتلا به قارچ ناخن چیست؟

قارچ ناخن شدید می تواند دردناک باشد و ممکن است باعث آسیب دائمی به ناخن های شما شود. و اگر سیستم ایمنی شما به دلیل دارو، دیابت یا شرایط دیگر سرکوب شده باشد، ممکن است منجر به عفونت های جدی دیگری شود که فراتر از پاهای شما گسترش یابد.

چگونه می توان از ابتلا به قارچ ناخن پیشگیری کرد؟

عادات زیر می تواند به جلوگیری از قارچ ناخن یا عفونت مجدد کمک کند:

ناخن های خود را تمیز و خشک نگه دارید. دست ها و پاهای خود را مرتب بشویید. دست های خود را بعد از لمس ناخن آلوده بشویید. خوب خشک کنید، پودر پا ضد قارچ بزنید و ناخن هایتان را مرطوب کنید. استفاده از تقویت کننده ناخن را در نظر بگیرید که ممکن است به تقویت ناخن و کوتیکول کمک کند.

ناخن های خود را کوتاه نگه دارید. ناخن ها را مستقیماً برش دهید، لبه ها را با سوهان صاف کنید و قسمت های ضخیم شده را سوهان بزنید. بعد از هر بار استفاده ناخن گیر خود را ضد عفونی کنید. ناخن های بلندتر، مکان مناسب تری برای رشد قارچ ایجاد می کند.

در طول روز جوراب های جاذب بپوشید یا جوراب های خود را عوض کنید.

کفش های ساخته شده از موادی را انتخاب کنید که تنفس می کنند.

کفش های کهنه را دور بیندازید یا با مواد ضد عفونی کننده یا پودرهای ضد قارچ درمان کنید. در قسمت های استخر و رختکن کفش بپوشید.

یک سالن ناخن را انتخاب کنید که از ابزارهای مانیکور استریل شده برای هر مشتری استفاده می کند. یا ابزارهایی را که برای پدیکور خانگی استفاده می کنید ضد عفونی کنید. لاک ناخن و ناخن مصنوعی را کنار بگذارید.

مشکلات قارچی ناخن چگونه تشخیص داده می شوند؟

پزشک معمولاً ناخن های شما را معاینه می کند و شاید مقداری ناخن بریده یا بقایای زیر ناخن شما را بتراند. این نمونه ها برای شناسایی علت علائم به آزمایشگاه فرستاده می شوند.

سایر بیماری ها، مانند پسوریازیس، می توانند عفونت قارچی ناخن را تقلید کنند. میکروارگانیسم هایی مانند مخمر و باکتری ها نیز می توانند ناخن ها را آلوده کنند. دانستن علت عفونت به تعیین بهترین درمان کمک می کند.

قارچ ناخن چگونه درمان می شود؟

درمان قارچ ناخن یا همیشه مورد نیاز نیست. و گاهی اوقات محصولات مراقبت از خود و بدون نسخه، عفونت را از بین می برند. اگر وضعیت شما بهبود نیافت، با پزشک صحبت کنید. درمان بستگی به شدت بیماری و نوع

قارچ ایجاد کننده آن دارد. ممکن است ماه ها طول بکشد تا نتایج درمان را ببینید. و حتی اگر وضعیت ناخن شما بهبود یابد، عفونت های مکرر شایع هستند.

پزشک ممکن است داروهای ضد قارچی را به شکل خوراکی یا مالیدنی روی ناخن تجویز کند.

داروهای ضد قارچ خوراکی اغلب اولین انتخاب هستند. یکی از گزینه ها **ایتراکونازول** (اسپورانوکس) است. این داروها به رشد ناخن جدید بدون عفونت کمک می کنند و به آرامی جایگزین قسمت عفونی می شوند.

شما معمولاً این نوع دارو را روزانه به مدت ۶ تا ۱۲ هفته مصرف می کنید. اما تا زمانی که ناخن به طور کامل رشد نکند، نتیجه نهایی درمان را نخواهید دید. از بین بردن عفونت ممکن است چهار ماه یا بیشتر طول بکشد. به نظر می رسد میزان موفقیت درمان با این داروها در بزرگسالان بالای ۶۵ سال کمتر باشد.

داروهای ضد قارچ خوراکی ممکن است عوارض جانبی مانند راش و آسیب کبدی ایجاد کنند. یا ممکن است با سایر داروهای تجویزی تداخل داشته باشند. ممکن است نیاز به آزمایش خون گاه به گاه برای بررسی نحوه عملکرد بدن با این نوع داروها داشته باشید. پزشکان ممکن است داروهای ضد قارچ خوراکی را برای افراد مبتلا به بیماری کبدی یا نارسایی احتقانی قلب یا کسانی که داروهای خاصی مصرف می کنند توصیه نکنند.

پزشک ممکن است یک لاک ناخن ضد قارچ به نام سیکلوپیروکس (Penlac) تجویز کند. باید این لاک را روزی یک بار روی ناخن های آلوده و پوست اطراف خود بزنید. پس از هفت روز، لایه های روی هم را با الکل پاک می کنید و شروع به استفاده مجدد می کنید. ممکن است به مدت تقریباً یک سال نیاز به استفاده روزانه از این نوع لاک داشته باشید.

همچنین پزشک ممکن است کرم ضد قارچ مانند افیناکونازول (جوبلیا) و توابورول (کریدین) را تجویز کند. این محصول را پس از خیساندن به ناخن های آلوده خود بمالید. اگر ابتدا ناخن ها را کمی نازک کنید، این کرم ها ممکن است بهتر عمل کنند. این به دارو کمک می کند تا از طریق سطح سخت ناخن به قارچ زیرین برسد.

کرم های ضد قارچ ناخن ممکن است عوارض جانبی مانند بثورات ایجاد کنند.

گاهی ممکن است پزشک، برداشتن موقت ناخن را به شما پیشنهاد دهد تا داروی ضد قارچ را بتوان مستقیماً روی عفونت زیر ناخن استفاده کرد.

موثرترین اما کم استفاده ترین گزینه جراحی برای برداشتن دائمی ناخن و ریشه آن است.

منابع:

[/https://www.aad.org](https://www.aad.org)

[/https://www.webmd.com](https://www.webmd.com)

<https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/nail-fungus/symptoms-causes/syc-20353294>

<https://fa.wikipedia.org/wiki/%D8%A7%DB%8C%D8%AA%D8%B1%D8%A7%DA%A9%D9%88%D9%86%D8%A7%D8%B2%D9%88%D9%84>

آزمایشگاه پاتوبیولوژی