



MIS PEITUB TEIE JALANÕUDES?

Statistika järgi kannatab iga neljas inimene maakeral ühe või teise seenhaiguse käes. Pahatihti pole meil aimugi, et ta meil organismis on.

Kuid kõik võib muutuda hetkega – siis, kui mükoos ärkab oma “talveunest” üles ning hakkab kontrollimatult paljunema ja kasvama. See protsess võib alata väga erinevatel põhjustel, näiteks seetõttu, et inimene läheb üle süsivesikuterikkale toidusedelile, antibiootikumide või teiste ravimite tarvitamise tagajärjel on järsult muutunud tema soolefloora või immuunsuse üldise languse tõttu. Isegi halva kvaliteediga vesi ning saastunud õhk võivad suurendada seeninfektsiooni nähte!

VAENLASE NÄGU NING OHUPIIRKOND

Seeninfektsioonidest kõige levinumad on jala- ja küüneseen. Nendesse võib nakatuda praktiliselt igal pool (seeneeoseid leidub isegi kosmoses), kuid enamasti saadakse see tõbi basseini või sauna küllastamisest – niiske keskkond sobib mükoosi paljunemiseks ja arenguks ideaalselt. Just sel põhjusel on väga tähtis kanda eelnimetatud kohtades oma isiklikke, kusjuures võimalikult

kinniseid jalnõusid. Märjad jalatsid on seenhaigustele suurepärane kasvulava ja seetõttu puutuvad mükoosiprobleemiga kõige sagedamini kokku sportlased ja sõjaväelased.

Fitnessiklubi riietusruum, hotell, rand, manikööri- ja pediküürisalongid – ka nendest kohtadest võib kergesti saada mükoosi. Kui aga lähete kellelegi külla, siis ühest küljest ei ole hea mõte käia seal paljajalu, teisest aga – parem keelduge külalislahke pererahva pakkumisest kanda nn külaliste susse. Ärge unustage profülaktilisi vahendeid.

KEDA SEENINFEKTSIOON OHUSTAB

Seenhaiguse eest pole keegi kaitstud, kuid on inimesi, kes a priori kuuluvad riskirühma. Esmajärjekorras peab selle tõve suhtes olema ettevaatlik jalgade verevarustuse häirete ja liigse kehakaalu, samuti mistahes põiaformatsioonide puhul. Riskirühmas on ka diabeedihaiged ning need, kes kannavad ebakvaliteetseid või süneetilisi jalatseid. Mükoosi eelsoodumus on ka lastel ja eakatel inimestel, samuti neil, keda vaevab immuunpuudulik-

kus, näiteks antibiootikumide või steroidhormoonide pikaajalisest tarvitamisest.

KUIDAS SEDA RAVITAKSE

Estonian Foot Clinic on Eesti ainuke kliinik, kus podoloogiliste probleemide lahendamiseks kasutatakse ulatuslikult lasertehnoloogiaid. Laseri abil saab kiiresti ja valutult vabaneda küüneseenest või mitu aastat vaevanud soolatüükast.

EKSPERT

Kristina Fabristov,
kliiniku spetsialist:

– Nii kummaline kui see ka pole, arvab enamik inimesi ekslikult, et jala- ja küüneseen on kõigest kosmeetiline defekt, mis tervisele mingit ohtu ei kujuta. Tegelikult võib seeninfektsioon avaldada mõju kogu organismile! Mükoosi tõttu võib tekkida terve rida tõsiseid haiguseid. Seenhaiguse ravi on pikk ja põhjalik, aga nakkust saada on lihtsamast lihtsam. Üheks riskifaktoriks on immuunsuse nõrgenemine. Paljudes meis istub mükoos sees aastaid ja ootab oma tundi, mil organism nõrgeneb ning ei suuda vaenlasele korralikku vastulööki anda. Seepärast peab juba seenhaiguse esimeste sümptomite korral pöörduma kohe spetsialisti poole.