

Miks varbaküüned paksuks lähevad?



Sageli paksenevad varbaküüned seenhaiguse tõttu, kuid põhjusi leidub teisigi, näiteks küüneplaadi vigastus või muud haigused.

Seen on nakkushaigus. Seenhaigused on levinud kogu maailmas. 2–8% Lääne-Euroopa elanikest põeb varbaküünte seenhaigust, peamiselt on nakatunud 20–50aastased inimesed.

Eestis on küünte seenhaigustesse haigestumus veelgi kõrgem. Haigestumus suureneb eakavades. Nii on

50–55aastastel tõenäosus haigestuda 10 korda suurem kui 21–29aastastel. Varbaküünte seenhaigust põevad rohkem mehed. Suhkruhaigetel esineb küünte seenhaigust kuni 33%-l. Tihti peale kaasub see jalaseenhaigusega.

Inimene võib nakatuda, kui vigastatud nahale satub nakatatud naha või küünte osakesi. Nakatumiseks on vaja seentega otseselt kokku puutuda.

Seentele sobib soe ja niiske keskkond. Seetõttu levivad need hästi vannitoas, saunas, duširuumis, ujumisbasseinis, võimlas. Seenhaiguse se nakatumist soodustavad naha pisi-vigastused, niiskus, kinnised jalatsid, liigihigistamine ning jalgade verevarustuse häired.

Seenhaiguse tekitajad tungivad küüneplaati peamiselt küüne vaba serva ühest või mõlemast nurgast. Algav kahjustus on nähtav hallikaskollase tuhmi laiguna. Tasapisi kahjustub kogu küüs. See pakseneb, muutub kollaseks, läiketuks, ebatasaseks, vabast servast sakiliseks, rabedaks ning küüneplaadi alla koguneb liigsarvestunud massi. Edaspidi kahjustuvad ka teised varbaküüned, osa küüsi jääb samas tavaliselt terveks. Paksenenud küüne surve varbale võib põhjustada valu.

Küüneseen ei kao iseenesest

Küünte seenhaigus ei parane iseenesest, kuigi sageli nii loodetakse. Tegelikult süveneb haigus vanusega ja muutub raskemini ravitavaks.

Välispõised vahendid – kreemid ja vedelikud – ei anna küünte seenhaiguse korral soovitud tulemust. Parimad on suukaudsed seenhaiguse vastased tabletid. Arst määrab ketokona-

sooli (Nizorali) või terbinafiini (Lamisili) kuni küünte paranemiseni. Kuna võivad tekkida tüsistused, kontrollitakse ravitava maksa- ja neerutalitluse näitajaid.

Kui suukaudseid ravimeid ei tohi tarvitada, kasutatakse lotserüüllakki – seenevastast ravilakki.

Varem raviti ka joodiga – määriti sellega küüsi iga kord pärast nende viilimist. Seda tuli teha võimalikult sageli.

Paksenenud küüsi võib lõigata ka kääridega, kuid sageli ei hakka käärid peale. Kõige õigem oleks viilida sobiva viiliga. Kuna moondunud küüned on tihti seenest nakatunud, tuleks terveid ja haigeid küüsi viilida eri viilidega.

Enne küünte viilimist on soovitatav teha jalavanni. Vette võib lisada veidi äädikat, see pehmendab küüsi. Küünte pehmendamiseks soovitatakse neid määrada ka teepuuõliga, mis on ühtlasi desinfitseeriva toimega.

Paks küüs varbaleastumisest

Alati ei ole küünte paksenemise põhjuseks seenhaigus, selleks võib olla ka küüneplaadi vigastus. Küüne või küünte kahjustused tekivad mingi eseme kukkumisest varbale, varba ärälöömisel või ka selle tagajärjel, kui keegi astub varbale. Mõnikord on põhjuseks ebasobivate jalanõude kandmine.

Lisaks soodustab küünte paksenemist vanem iga (nahk ja küüned muutuvad vanemas eas kuivaks), aga ka mõned haigused: psoriaas, suhkurtõbi, kilpnäärmetalitluse häired jm.

NAOMI LOOGNA

TASUB TEADA

Seenhaigusesse nakatumise vältimiseks...

- hoiduge seentele soodsate elutingimuste loomisest;
- vältige jalgade liigset higistamist;
- sokkide, sukkade ja jalatsite puhul eelistage naturaalseid materjale, suvel kandke lahtise varbaosaga kingi;
- pärast pesemist kuivatage jalgu hoolikalt, eriti varvaste vahelt;
- kandke üldkasutatavates duširuumides, saunades ja ujulates kummist rihmikuid;
- ärge kasutage teiste käterätikuid ja jalatsid;
- desinfitseerige oma jalanõusid regulaarselt;
- hooldage kareid ja kuiva nahka jalgu Australian Bodycare'i salviga, mis sisaldab teepuuõli.