E' UN DISTURBO CHE SI MANIFESTA SPESSO NEGLI ATLETI CON LA PRESENZA DI PRURITO E BRUCIORE TRA LE DITA, INFIAMMAZIONI E ODORE PUNGENTE

Il piede D'ATLETA

Il termine "piede d'atleta" è comunemente usato per indicare un'infezione (Tinea Pedis) causata da un fungo che, in seguito all'umidità derivata normalmente dalla sudorazione, si instaura tra le dita dei piedi dove è più facile l'attecchimento.
E' un'infezione contagiosa piuttosto comune che compare con maggior frequenza nei mesi caldi, soprattutto se si indossano stivali che non consentono la traspirazione e non si cambiano spesso le calze, oltre a non praticare una accurata igiene personale. Senza dimenticare che sui campi di motocross spesso docce e bagni non sono molto puliti o disinfettati frequentemente e rappresentano un ambiente di crescita ideale per questo fungo.



L'infezione comincia in genere nel terzo o quarto spazio tra le dita del piede e si estende successivamente agli altri spazi interdigitali; se non si interviene tempestivamente si può diffondere anche ad altre parti del piede; la pelle inizialmente appare arrossata, spesso con piccole fissurazioni, per divenire poi biancastra e maleodorante, possono comparire vescicole e la loro rottura determina la formazione di croste che possono infettarsi. Come si può prevenire? Rimuovendo subito le scarpe e le calze dopo ogni allenamento (es. corsa a piedi), lavando ed asciugando bene i piedi, non indossando a lungo gli stivali da motocross con i calzini umidi: l'umidità è l'habitat ideale per la proliferazione del fungo.
E' indispensabile rispettare una scrupolosa igiene dei piedi lavandoli ogni giorno ed asciugando gli spazi interdigitali, rimuovendo la pelle macerata ed eventualmente usando una polvere assorbente specifica per piedi.
Se trascurata, l'infezione può diffondersi in altre parti del corpo, il fungo predilige unghie, pelle, capelli, può infettare anche l'inguine e contagiare altre persone soprattutto attraverso oggetti di uso comune. E' bene avere alcune precauzioni quali l'evitare di camminare a piedi nudi nei luoghi pubblici, nei bagni o docce, lavare spesso le scarpe, cambiare frequentemente le calze ecc..
Non lasciare per giorni calze, mutande, magliette sporche nel borsone da motocross, arrivati a casa è necessario che la biancheria intima venga lavata in lavatrice con acqua a 50° in modo da uccidere eventuali funghi presenti negli indumenti.

UNA VOLTA CHE L'INFEZIONE È AVVENUTA COSA FARE?

Un rimedio naturale molto efficace consiste nell'immergere il piede per circa 20 minuti in una soluzione di acqua e aceto in modo da eliminare il fungo.
Dal punto di vista farmacologico si utilizzano farmaci antimicotici ad uso locale, la maggior parte di queste creme o schiume possono essere acquistate senza prescrizione medica, come ad esempio il clotrimazolo (Canesten), il miconazolo (Daktarin), l'econazolo (es. Pevaryl).
Le creme sono considerate più appropriate in caso di pelle macerata e umida, mentre le polveri antimicotiche sono consigliate come trattamento profilattico nella prevenzione delle reinfezioni. Talora queste sostanze possono causare irritazione locale e reazioni di ipersensibilità (bruciore, eritema e prurito), se questi effetti sono presenti è necessario recarsi da uno specialista dermatologo che, valutato il caso, prescriverà la terapia idonea.
GLI ANTIMICOTICI PER VIA ORALE POSSONO DETERMINARE NAUSEA, VOMITO, DIARREA E CEFALEA, SONO DA RISERVARE ALLE INFEZIONI MOLTO ESTESE O CHE NON RISPONDONO AL TRATTAMENTO TOPICO, E LA LORO PRESCRIZIONE È DI ESCLUSIVA PERTINENZA MEDICA.

"consiglio del mese"

Bisogna utilizzare i farmaci seguendo attentamente le istruzioni del medico o del farmacista ricordando che la cura del "piede d'atleta" può richiedere trattamenti prolungati nel tempo (anche qualche settimana).

a cura del Dr. ***Alberto Gobbi***
info@oasiortopedia.it