



การติดเชื้อราที่เท้าหรือกลาก พบบ่อยในนักกีฬา มีลักษณะ (รูปร่างแหวนหรือวงรี) แต่นี้ไม่ใช่สาเหตุของการติดเชื้อ การติดเชื้อเหล่านี้ตั้งชื่อตามตำแหน่งที่เกิดขึ้นเช่น ขี้กลากตามร่างกาย (tenia corporis), กลากที่หนังศีรษะ (tenia capitis), เท้าของนักกีฬา (tenia pedis) และ (tenia cruris) กลากของขาหนีบ โรคกลากที่เท้า มักพบในวัยรุ่นและผู้ใหญ่ ในช่วงที่อากาศอบอุ่น แต่สามารถเกิดขึ้นได้ตลอดเวลา สามารถรักษาให้หายได้ภายใน 2 ถึง 3 สัปดาห์ แต่จะเกิดขึ้นอีก หากไม่ได้ป้องกัน



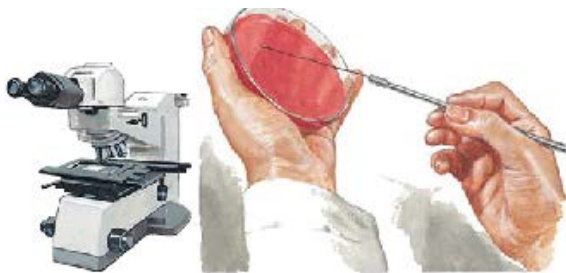
สาเหตุ

จากเชื้อรา Trichophyton หรือ Epidermophyton. เชื้อราเหล่านี้มีขนาดเล็ก จำเป็นต้องใช้กล้องจุลทรรศน์ ความชื้น แห้ง สะสมบริเวณเท้าและถุงเท้า ความร้อนอบอ้าว อากาศที่สารานณะเพิ่มโอกาสการติดเชื้อ



อาการ

ผิวหนังจะแห้งแตกระหว่าง นิ้วเท้า ร่วมกับคัน ส้นเท้ามีอาการได้เช่นกัน บางทีอาจพบสะเก็ด หนอง ตุ่มน้ำเล็ก ๆ ในบางครั้ง กลิ่นเหม็น ผิวแตกออก คันระหว่าง นิ้วเท้าแล้วเกา ยิ่งเพิ่มโอกาสในการติดเชื้อมากขึ้น



วินิจฉัย

ซักประวัติตรวจร่างกาย ดูการเปลี่ยนแปลงของผิวหนัง บางครั้งต้องขูดเนื้อเยื่อส่วนเท้ามาดูเพื่อยืนยันการวินิจฉัย

การรักษา

รักษาเท้าให้แห้ง ล้างเท้าให้สะอาด ลอกสเก็ดและหนังตาย น้ำ
แป้งกำจัดเชื้อรา ครีม สามารถทาบริเวณแผลได้ แพทย์อาจ
สั่งยาต้านเชื้อรา การป้องกันการติดเชื้อ จากการกลับมา
เป็นซ้ำ ควรกินยาต่อไปอีก 1 สัปดาห์หลังอาการดีขึ้นและพื้น
หายไป



ควรไม่ควร

- ✓ ควรล้างและทำความสะอาดเท้าให้แห้งอย่างน้อยวันละครั้งระหว่างและหลังการรักษา
- ✓ ควรสวมถุงเท้าสะอาดและทำจากผ้าฝ้าย
- ✓ ควรเปลี่ยนถุงเท้าคู่อื่นทุกวัน
- ✓ ควรล้างเท้าและเป่าให้แห้งหลังอาบน้ำ
- ✓ ควรแจ้งแพทย์หากอาการยังไม่ดีขึ้นหลังรักษาไป 1 สัปดาห์
- ✓ ควรรีบแจ้งแพทย์หากพบการติดเชื้อที่พืดปกติ



- ✗ ไม่ควรทาแผลที่เท้า
- ✗ ไม่ควรใส่ถุงเท้าจากผ้าสังเคราะห์ซึ่งทำให้เท้าชื้น