



# Årsaker til fotsopp

[Neglesopp](#), eller onykomykose, er en vanlig følge av fotsopp. Begge tilstandene er forårsaket av den samme sopptypen, såkalte dermatofytter, som trives i fuktige, varme steder og lever av dødt hudvev. Disse soppene kan også forårsake ringorm, også i lysken. Fotsopp, eller athlete's foot, er en hudinfeksjon, mens onykomykose er en infeksjon i selve neglen. Hvis hudinfeksjonen ikke blir behandlet, utvikler så mange som en tredjedel av mennesker med fotsopp også onykomykose ettersom soppene spres lett fra huden mellom tærne til tåneglene.

Både fotsopp og onykomykose er smittsomt og kan enkelt spres på steder som garderobes, gymsaler, neglesalonger, svømmebasseng og offentlige dusjer. Soppene kan også spres ved at man deler personlige gjenstander som håndklær og klær. Som det engelske navnet athlete's foot tilsier, rammer fotsopp vanligvis mennesker som holder på med sport. Idrettsutøvere er spesielt utsatt for onykomykose siden varme og svette sko utgjør det perfekte miljøet for soppene.

## Fotsopp symptomer

De vanligste symptomene på fotsopp er sprukken, flasket og flakete hud på sidene av føttene og i svømmehuden mellom tærne. Noen ganger vil huden klø og bli rødlig, og du vil muligens føle en brennende eller sviende smerte. Dersom infeksjonen spres til neglene dine, vil du kunne legge merke til en lett [misfarging](#) i hjørnet på tåneglen, som deretter spres mot midten av neglen. [Symptomer på neglesopp](#) er ofte subtile i begynnelsen, men ettersom infeksjonen blir verre, vil [neglene kunne bli sprø](#) og [tykke](#). Uten behandling, vil infeksjonen kunne forårsake at neglen løsner og til slutt faller av. Soppinfeksjoner i neglene er ofte smerteløse i begynnelsen, men kan forårsake ubehag og smerte når sykdommen forverres.

## Fotsopp behandling

Selv om fotsopp og onykomykose er forårsaket av den samme soppene, blir ikke sykdommene behandlet med de samme medikamentene. Fotsopp er ofte mild og kan elimineres i løpet av noen dager eller uker med den riktige fotsopp behandlingen. Behandlingsalternativene for fotsopp inkluderer antifungale kremer, sprayer, væsker, pudre og tabletter i kombinasjon med hygieniske tiltak, som for eksempel hyppig vask av føttene med såpe og vann, samt at de tørkes godt etterpå, i tillegg til å bytte sokker og sko jevnlig.

## Behandling for neglesopp

Hvis hudinfeksjonen har spredt seg til tåneglene dine, vil du måtte behandle disse separat. [Neglesopp](#) kan være utfordrende å behandle siden infeksjonen er inni neglene, og behandlingen derfor må penetrere negleplaten for å kunne nå infeksjonen i neglesengen. I tillegg kan infeksjonen ikke elimineres fullstendig før den gamle neglen har blitt erstattet av ny neglevekst, noe som kan ta opptil ett år.

Milde tilfeller av neglesopp kan bli behandlet med topiske medisiner som fås kjøpt i apotek, som for eksempel antifungale neglelakker eller kremer, selv om disse behandlingene har en tendens til å ha en relativt lav suksessrate. For milde til moderate infeksjoner kan topiske behandlinger brukes. [Nalox](#) er en klinisk bevist topisk [behandling mot neglesopp](#) som har en fysisk keratolytisk effekt og degraderer soppcellene som typisk forårsaker negleinfeksjoner. Nalox reduserer også misfarging, samt forsterker og glatter ut neglens ytre lag med de første synlige resultater ofte innen to uker med behandling.

Hvis ingen av disse behandlingene hjelper, eller hvis infeksjonen blir verre, er det en mulighet for at legen din kan skrive ut en resept på en oral behandling. Noen av disse medikamentene kan gi alvorlige bivirkninger, husk derfor

å fortelle legen din om eventuelle andre medisinske tilstander du har og medikamenter som potensielt sett kan ha innvirkning på de antifungale medisinene. I noen tilfeller er det nødvendig å fjerne den infiserte neglen kirurgisk.

**Kilder:**

<http://www.apotek1.no/produkter/midler-mot-neglesopp-og-misfargede-negler-12691>

<http://nhi.no/sykdommer/hud/neglelidelser/neglesopp-behandling-1625.html>

<http://www.vitusapotek.no/Sykdom-og-plager/Fotter-og-hender/Neglesopp/>

<http://www.nhs.uk/conditions/athletes-foot/Pages/Introduction.aspx>

[http://www.medicinenet.com/athletes\\_foot/article.htm#athletes\\_foot\\_facts](http://www.medicinenet.com/athletes_foot/article.htm#athletes_foot_facts)

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmedhealth/PMH0001878/>

<http://www.nhs.uk/Conditions/Athletes-foot/Pages/Complications.aspx>

<http://www.acfaom.org/information-for-patients/common-conditions/onychomycosis>

## Nalox – Trippelvirkende neglesoppbehandling

Nalox behandler neglesopp, reduserer misfarginger og glatter ut neglens ytre lag.

## Neglesopp hos idrettsutøvere

Så mange som åtte av ti idrettsutøvere er rammet av neglesopp. Hva er risikofaktorene blant idrettsutøvere?

## Neglesoppbehandling

Å behandle neglesopp krever mye tålmodighet, hva er de forskjellige behandlingsalternativene?