

Zwemmerseczeem

Zwemmerseczeem is een schimmelinfectie die rode, droge en schilferige huid veroorzaakt, soms vergezeld door pijn of jeuk. De aandoening komt meestal tussen de tenen, aan de zool of aan de zijkant van de voet voor. In het acute stadium laat de geïnfecteerde voet blaasjes zien die jeuken of een nattige afscheiding hebben. Zwemmerseczeem kan uitbreiden naar de nagels, om zo een chronische schimmelinfectie te veroorzaken. Vaak als mensen denken dat de voet alleen maar droog en schilferig is, blijkt zwemmerseczeem de veroorzaker van het probleem.

Oorzaak

Schimmelinfecties zoals zwemmerseczeem worden vaak verworven onder douches van gymzalen, zwembaden, kleedruimtes of andere warme en vochtige plekken waar schimmels goed gedijen. De naam komt dan ook voort uit het feit dat zwemmers vaak in deze ruimtes vertoeven en daarom een hoger risico hebben op schimmelinfecties.

Als er eenmaal voldoende schimmelsporen op de huid zitten kunnen ze de huid binnendringen door scheurtjes of zweertjes en daar blijven zitten om zich vervolgens uit te breiden, tenzij de voeten goed gewassen worden en zeer goed worden afgedroogd na introductie van de sporen.

Zwemmerseczeem kan van de tenen op de teennagels overgebracht worden. Als de patiënt de infectie aanraakt of eraan krabt en hierna aan andere delen van het lichaam komt, kan de infectie onder de vingernagels komen of op andere plekken van het lichaam waaronder de liesstreek of oksels.

Zoals elke voetaandoening, kan zwemmerseczeem sneller voorkomen bij mensen met diabetes en mensen die problemen hebben met het immuunsysteem. Zij zijn vatbaarder voor infecties en deze kunnen leiden tot serieuze medische problematiek.

Behandeling en preventie

Goede voethygiëne kan zwemmerseczeem voorkomen. Het dagelijks wassen van de voeten met water en ze hierna goed afdrogen met name tussen de tenen is belangrijk. Als er toch een keer met zeep wordt gewassen dan hierna de zeep goed afspoelen. Het dragen van droge, luchtige en dus ook niet te nauwe sokken en schoenen, het niet lenen van schoeisel van anderen en eventueel het poederen van de voeten helpt om de voeten droog en vrij van infecties te houden. Wanneer openbare douches betreden worden, doe dit dan met beschermend schoeisel, zoals slippers.

Als de schimmelinfectie optreedt, is het belangrijk vlot naar de dokter te gaan om het probleem adequaat te behandelen. Schimmelinfecties kunnen erg hardnekkig zijn en moeilijk te behandelen en kunnen ook chronisch worden. Het behandelplan bestaat uit anti-schimmelcrèmes en medicatie en aandacht te houden voor het droog houden van de voet.