

ما هو مرض القدم الرياضي . [1]

قَدَمُ الرياضيّ، وتُسمّى "سَعفَة القَدَم" أيضاً، هي عدوى شائعة يُسبّبها فطرُ السّعفة. وهي ليست إصابةً خطيرة.ٌإنّ أبرز أعراض قَدَم الرياضيّ هي الحكّة والحرقة وتشقّق الجلد بين أصابع القدَمَين وتقشّره. وأفضلُ الأماكن لفطر السّعفة هي الأماكن الرّطبة المُظلمة الدّافئة، وهذا ما يُفسر نُموّها بين أصابع القدمَين غالباً. يُمكن أن تمتدّ السّعفةُ إلى الأظافر، حيث تجعلها سميكة وسهلة التفتّت. وقد تنتقل الإصابة بالسّعفة إلى الإنسان من السطوح الرّطبة، كالأرضية الرطبة في غرفة تبديل الملابس مثلاً.
تُفيد الإجراءات التالية في الوقاية من سَعفة القدم:

- غسل القدمين كُلّ يوم.
- تجفيف القدمَين بشكل جيّد، وخاصّة بين الأصابع.
- ارتداء جوارب نظيفة.
- عدم السّير من غير حذاء في الأماكن العامّة.
- انتعال صندل خفيف في غُرف تبديل الملابس في الحمّامات العامّة وفي المسابح.

يُمكن استعمالُ الكريمات (الرُّهيمات) المُضادّة للفطور التي تُباع من غير وصفة لمُعالجة مُعظم حالات قَدَم الرّياضي، وكذلك يمكن استعمالُ الأدوية التي يصفها الطبيب لمُعالجة الحالات الشديدة من هذه الإصابة.

المزيد... [1]

Copyright © 2019 AL HAYAT MEDICAL CENTERS. All rights reserved

Beyond Designs Web Development by:

Links
[1] https://www.hmc-jr.com/ar/content/%D9%85%D8%A7-%D9%87%D9%88-%D9%85%D8%B1%D8%B6-%D8%A7%D9%84%D9%82%D8%AF%D9%85-%D8%A7%D9%84%D8%B1%D9%8A%D8%A7%D8%B6%D9%8A

Youtube
Twitter
Facebook
Join our Centers

Youtube
Twitter
Facebook
Join our Centers