



IL PIEDE D'ATLETA

- Diagnosi:** la Vostra diagnosi è: piede d'atleta.
- Lesione:** Il piede d'atleta è un problema comune della pelle ed è causato da un fungo. In genere interessa inizialmente la cute tra le dita del piede che diventa squamosa e pruriginosa. Col tempo si può arrivare alla lacerazione della cute e quindi ad una sintomatologia dolorosa. Un altro termine per definire il piede d'atleta è tinea pedis (tigna del piede).
- Cause più comuni:** Il fungo che causa il piede d'atleta si trova ovunque. Generalmente lo si trova sui pavimenti delle docce, spogliatoi ed in palestra. Il fungo prolifera più facilmente sui piedi sudati, umidi ed asciugati malamente (specialmente se poi s'indossano scarpe e calze con poca aerazione).
- Sintomi tipici:**
- Prurito
 - Pelle screpolata e squamosa. Di solito tra le ultime due dita del piede
 - Dolore
 - Vesciche (a volte)
- Trattamento:** L'infezione può risolversi senza essere trattata, ma nella maggior parte dei casi si utilizzano dei medicinali per via cutanea. Se l'infezione è grave ed estesa, può essere il caso di assumere farmaci per via orale. La fase d'infezione acuta dura da 1 a 10 giorni. L'infezione cronica può persistere per mesi o anni. Se un'infezione grave non viene trattata può portare ad un'infezione batterica grave. L'infezione può interessare anche le unghie ed in questo caso sarà più difficile il trattamento.
- Precauzioni:** Segui queste linee guida:
- Indossa calze di cotone quando fai esercizio fisico
 - Cambia le calze tutti i giorni
 - Indossa sandali o scarpe con buchi di ventilazione o di materiale poroso (un materiale naturale come la tela o la pelle, piuttosto che materiali sintetici)
 - Fai prendere aria alle scarpe quando non le usi
 - Indossa le ciabatte quando fai la doccia negli spogliatoi
 - Asciuga molto bene i piedi, specialmente tra le dita
 - Applica una polvere anti-fungina nelle parti a rischio
 - Disinfetta il pavimento della doccia e dello spogliatoio