

Скрытая под ногтем опасность: незаметные угрозы для диабетической стопы

Проблемы с ногтями на ногах у пациентов с диабетом имеют огромное значение, поскольку они могут быть частой причиной инфекции и гангрены, в большинстве случаев они остаются незамеченными организмом во время обычного медосмотра в кабинете врача. Основная функция ногтей - защита, и они помогают нам ценить тонкие прикосновения, однако у ногтей нет никаких заметных функций, кроме косметических и, возможно, защиты пальцев ног.

Без кожи ногти имеют низкое содержание воды, поэтому они более твердые и растут медленнее. Они подвержены грибковой инфекции, а кожа вокруг ногтя (рис. 5-1) подвержена бактериальной инфекции. Ногти могут показывать медленные изменения, иногда указывающие на коварные системные заболевания, такие как диабет (рис. 5-2), проблемы со щитовидной железой и другие гормональные проблемы.



Рис. 5-1 Грибковая инфекция кожи Рис. 5-2 Грибковая инфекция ногтя

Ногти нуждаются в адекватном снабжении кровью, кислородом и питательными веществами. Однако, когда кровообращение нарушено из-за того, что пациент страдает сахарным диабетом, ногти подвергаются многим видам патологических изменений. Они становятся ломкими, белесыми и тонкими при нарушении кровообращения (рис. 5-3).



Рис 5-3

ВРОСШИЙ НОГОТЬ

Вначале часть ногтя проникает в окружающую кожу и образуется вросший ноготь. Это болезненное состояние, но если вы не способны чувствовать боль из-за нейропатии, это может остаться незамеченным. Нарушенное кровообращение у диабетиков препятствует заживлению кожи и стимулирует некроз (гибель тканей) окружающих тканей (рис. 5-4). Бактерии могут быстро размножиться в этой некротической ткани (рис. 5-5). Именно этот заразный процесс стимулирует дальнейший некроз еще большего количества тканей. Ноготь становится беловатого или сероватого цвета, а затем превращается в гангренозный черный палец (рис. 5-6). Кость под ногтем становится инфицированной и некротической. Весь этот процесс может происходить в течение нескольких дней, в то время как пациент совершенно не чувствует боли из-за нейропатии. В это время антибиотики неэффективны из-за снижения притока крови к стопе, что препятствует поступлению антибиотика к гангренозному и инфицированному пальцу. Неприятный запах гангрены обусловлен анаэробными бактериями, которым для выживания не требуется кислород. Они очень разрушительны и быстро размножаются из-за отсутствия кислорода. В это время возникает необходимость в ампутации пальцев.



Рис. 5-4 вросший ноготь



Рис. 5-5 инфицированный вросший ноготь

с нарушением кровообращения



Рис. 5-6 Гангрена от инфицирования вросший ноготь на ноге

КАКОВЫ ЖЕ ПРИЧИНЫ ВРОСШЕГО НОГТЯ НА НОГЕ?

Вероятно, одной из самых распространенных причин является неправильная стрижка ногтей. Не обрезайте ногти на ногах слишком коротко. Другая причина вросшего ногтя - узкая коробка для обуви, прижимающая края ногтя к коже пальца или по обе стороны от ногтя. Иногда, как в случае с человеком, страдающим бурситом, большой палец ноги давит на второй палец, вызывая врастание одного или обоих ногтей (рис. 5-7). Вросший ноготь может также возникнуть, когда ноготь утопает в окружающей плоти и еще больше усугубляется тесной обувью. Иногда ноготь изгибается, сдавливая матрас у ногтя. У некоторых людей большой палец ноги деформирован, и поверхность пола давит на кожу, вызывая вросший ноготь.



Рис 5-7

КАК ЖЕ ПРЕДОТВРАТИТЬ ВРОСШИЙ НОГоть И ИНФЕКЦИЮ?

Предотвратить врастание ногтей на ногах очень просто, если правильно подстригать ногти.

Если вы больны диабетом, вы должны находиться под наблюдением специалиста по диабетической стопе, врача-ортопеда. Ножницы для ногтей, используемые дома, особенно если они ржавые, следует выбросить, так как вы

должны избегать случайных порезов кожи. Если у вас обширное артериальное заболевание и нейропатия, рекомендуется, чтобы ногти на ногах подстригал кто-то другой, предпочтительно врач-подолог. Регулярные визиты к врачу-ортопеду - самый эффективный способ снизить количество ампутаций у диабетиков. Каждый год в среднем от 35 000 до 40 000 пациентов с диабетом подвергаются ампутации пальцев, стопы или ноги, что обходится в 10 миллиардов долларов. Эта цифра не включает стоимость реабилитации, протезирования, потери рабочего времени, потери работы и социальных выплат. Некоторые из причин таких ампутаций являются следствием простого инфицированного вросшего ногтя.

Некоторые врачи рекомендуют лечение, при котором уголки ногтей заполняются ватой или срезается центр ногтя в форме буквы "V", но я лично не рекомендую этот вид лечения, так как он не имеет никакой функции или цели. Избегание использования узкой и заостренной обуви на носочной коробке является хорошим способом предотвращения этой проблемы. Но лучшим способом предотвращения осложнений, связанных с вросшими ногтями на ногах, является ежедневный самоосмотр и регулярные визиты к врачу-ортопеду каждый месяц.

Ежедневно осматривайте свои стопы. Если этот осмотр затруднителен, воспользуйтесь помощью члена семьи или используйте ручное зеркало, которое поможет вам осмотреть подошвы ног. Всегда проверяйте, нет ли покраснения вокруг ногтя, даже если вы не чувствуете дискомфорта или боли в пальцах ног. Покраснение и воспаление могут быть первыми признаками инфекции. Немедленно сообщите об этом врачу и не пытайтесь устранить проблему самостоятельно, раздражая кожу вросшего ногтя. Сначала замочите ногу в теплой соленой воде на несколько минут, затем хорошо высушите кожу и между пальцами ног. Нанесите крем с антибиотиком на пораженный участок и носите свободную обувь, которая не пережимает пальцы ног. Не замачивайте ногу в антибактериальном растворе, таком как йод, который может дать минимальный результат при наличии инфицированной стопы. Химический йод в высоких концентрациях в воде при замачивании стопы может повредить имеющиеся нормальные клетки и усугубить инфекционный процесс и некроз в диабетической стопе.

ГРИБКОВАЯ ИНФЕКЦИЯ НОГТЕЙ НА НОГАХ.

Грибковые инфекции ногтей очень распространены у диабетиков. Одной из наиболее частых причин этих инфекций является отсутствие закрытой среды, такой как обувь, использование синтетических носков и влажная среда внутри обуви, все эти причины способствуют росту грибка. При грибковой инфекции ногтей ноготь становится желтоватым и толстым, а также мучнистым (рис. 5-8).



Рис 5-8

Грибок в ногте как таковой не несет непосредственного вреда, (как и вросшие ногти). Однако если он вторично инфицируется бактериями, это может стать серьезной проблемой. Грибок вызывает серьезные нарушения внешнего вида ногтя в целом, особенно когда поражается корень ногтя (рис. 5-9).



Рис 5-9



Рис 5-10

Ноготь деформирован и утолщен, под ногтевой пластиной скапливается мусор. Грибковая инфекция может начаться с одного ногтя на ноге и впоследствии прогрессировать до заражения остальных ногтей, после чего она может перейти на остальные участки кожи, что известно как "стопа атлета" (рис. 5-10). Стопа атлета вызывает сухость с шелушением кожи, множественные мелкие везикулы с прозрачной жидкостью внутри, зуд, хотя последний не всегда проявляется рано. Грибковая инфекция имеет типичный затхлый запах, который может быть проблематичным, и лечение запаха может быть затруднено без лечения грибка. Запах ног обычно является вторичным по отношению к этим инфекциям, вызванным грибом, которые становятся хроническими из-за отсутствия лечения. Толстые и изуродованные ногти в тесной обуви сдавливают кожу

пальцев ног, и это вызывает раздражения с высоким потенциалом изъязвления и последующего инфицирования у пациента с диабетом, страдающего нейропатией с частичным или полным отсутствием боли. Эти язвы могут возникать и под ногтем, что еще больше затрудняет их обнаружение. Фактически, они могут быть инфицированы бактериями. Когда под ногтем появляется гной, это обычно означает серьезную инфекцию, поражающую кость пальца ноги. При таком уровне инфекции пероральные антибиотики не всегда работают, особенно у диабетика, который также страдает от плохого кровообращения в ногах. Инфекция в диабетической стопе почти всегда вызывает тромбоз мелких сосудов (сгустки мелких сосудов), и он может быстро прогрессировать до гангрены. Ампутация пальца, стопы или ноги становится единственным терапевтическим средством.

Появление обесцвеченного ногтя, с желтоватым или беловатым оттенком, вероятно, указывает на начало грибковой инфекции (рис. 5-11)



Рис 5-11

На этом уровне, когда поражена лишь небольшая часть ногтя, существуют методы лечения, которые хорошо помогают на ранней стадии инфекции.

Удаление пожелтевшей части ногтя и местное применение противогрибковых препаратов может быть эффективным для уничтожения грибка. Когда грибковая инфекция становится запущенной и хронической, заболевание приобретает хронический характер и становится устойчивым к лечению. Даже самые сильные препараты местного действия могут оказаться неэффективными. В своей практике я часто назначаю пероральные противогрибковые препараты. Ногти на ногах растут очень медленно. Для полного отрастания ногтя может потребоваться более девяти месяцев, поэтому пероральную противогрибковую терапию необходимо продолжать более девяти месяцев, чтобы добиться хоть какого-то благоприятного ответа. Поэтому вместо перорального приема противогрибковых препаратов или использования местных препаратов, которые

в большинстве случаев неэффективны, я рекомендую полное удаление деформированного ногтя вместе с корнем, если у пациента с диабетом достаточное кровоснабжение стопы для заживления после операции. Лучше удалить толстый, который станет потенциальной проблемой в будущем. Рекомендуется тщательная и скрупулезная оценка пациентов с диабетом врачом-ортопедом.

КРОВЬ ПОД НОГТЕМ

Кровь под ногтем (рис. 5-12) также является серьезным поводом для беспокойства у диабетиков. Скопление крови под ногтем может произойти, когда обувь сдавливает пальцы ног во время ходьбы, бега, игры в теннис или других подобных занятий. Особенно диабетик с измененной чувствительностью (нейропатия) может продолжать занятия, практически не испытывая дискомфорта в пальцах ног.



Рис 5-12

Наличие крови под ногтем служит питательной средой для бактерий. Это состояние требует немедленной медицинской помощи, так как может стоить вам пальца, стопы или даже ноги. Некоторые врачи предпочитают просверлить отверстие в ногте для удаления крови, однако я рекомендую полностью удалить ноготь и полностью обнажить основание ногтя для осмотра и удаления любых некротических тканей, которые могут быть потенциальным источником инфекции. Следует немедленно начать прием соответствующих антибиотиков и местное лечение раны. Госпитализация не требуется, если состояние не осложнено инфекцией, артериальной недостаточностью (снижением кровотока) или неконтролируемым диабетом. Рентгеновские снимки стопы, сделанные в период заживления раны от ногтя. . Последующие рентгеновские снимки стопы необходимы для сравнения состояния стопы по мере ее заживления и для

исключения возможных изменений в кости, например, инфекции кости. Если у вас есть базовый рентгеновский снимок стопы, на котором видны изменения в кости во время заживления и который можно сравнить с ранним рентгеновским снимком для оценки необходимости медицинского вмешательства в случае инфекции кости, это может спасти вашу стопу.

Существует состояние, похожее на кровь, о котором стоит упомянуть. Злокачественная меланома (рак кожи) под ногтем может выглядеть как темно-синее или фиолетовое пятно, похожее по виду на гематому. Это относительно редкое состояние, но его легко заметить врачу. Оно может проявляться как инфекция под ногтем и разрушать основание ногтя, не показывая его роста. При ранней диагностике и лечении процент излечения выше, чем при злокачественной меланоме кожи.

Предотвратить появление крови под ногтем можно с помощью соответствующей обуви. Не покупайте обувь на полразмера больше, чем та, которую вы носите. Я часто встречаю пациентов с диабетом, которые считают, что им нужно больше места для пальцев ног. В продаже есть обувь с увеличенной глубиной, сделанная для пациентов с диабетом именно по этой причине. Соответствующие стельки также рекомендуются тем, кто регулярно занимается физическими нагрузками.

Важно, чтобы вы осматривали свои ноги каждый раз, когда снимаете обувь, и искали мозоли или любые проблемы с ногтями, как обсуждалось в этой главе.

ПРОВЕРЬ СЕБЯ

(Т F) Истинно или ложно

1. Т F Инфицированный вросший ноготь, пока нет боли, его следует оставить в покое.

2. Т F Гангрена является результатом вросшего инфицированного ногтя на ноге.
3. Т F Нельзя потерять ногу из-за "такой мелочи", как вросший ноготь.
4. Т F При вросшем инфицированном ногте необходимо смочить ногу в растворе йода.
5. Т F Для профилактики вросших ногтей на ногах необходимо регулярно посещать специалиста по стопе.
6. Т F Грибковая инфекция ногтей на ногах так же опасна, как и вросшие ногти.
7. Т F Толстые желтые ногти на ногах обычно указывают на грибковую инфекцию.
8. Т F Чтобы предотвратить появление крови под ногтем, следует покупать обувь на один размер больше, чем ваш обычный размер обуви.
-

1. (F) 2. (F) 3. (F) 4. (F) 5. (T) 6. (F) 7. (F) 8. (F)