

# Beroa eta ura... onddoak gustura

Onddoek eragiten dituzten infekzio azalekoak ez dira larriak, baina kremak erabili behar izaten dira horiek desagerrarazteko, eta medikuak esan behar du zein komeni zaion bakoitzari

UDAKO BEROAK uretan murgil egitera eraman ohi gaitu, eta beroa eta ura den tokian, gu ez ezik onddoak ere izaten dira. Jende askori igerileku eta dutxa publikoetan kutsatzen zaizkio onddoak –oinetan izaten dira, batik bat–, baina infekzio mikotiko eta fungikoak, berez, gorputzeko hainbat ataletan ager daitezke. Infekzio horiek udan sarri samar gertatzen direla ikusirik, formula farmakologiko berri eta eraginkorrak asmatu dituzte. Esaerak dioen bezala, ordea, zauria sendatzea baino hobe da ez egitea, eta onddoen aurka, higiene neurriak ongi zaintzea da prebentzio-tratamendu guztietan eraginkorrena: txankletak erabiltzea eta eskuoihalak ez trukitzea. Landare-erreinuko mikroorganismo batzuek sortzen dituzte infekzio fungikoak edo mikosiak; onddoek, alegia. Landareek ez bezala, onddoek ez daukate klorofilarik, eta bizirik irauteko, beste organismo baten parasito bihurtu behar izaten dute. Giro eta leku hezeetan hazten dira, eta horrexegatik izaten dira infekzio horiek hain ohikoak azal-toles txikiak eratzen diren gunetan, behatz tartetan, iztarteetan, eta oin izerditsuetan (oinetakoen erruz arnasarik hartzen ez dutelako).

Agertu, hala ere, gorputzeko edozein ataletan ager daitezke infekzio horiek:

- **Infekzio azalekoak.** Azalari eragiten diete, ileari eta azazkalei, eta mukosei (aholari eta baginari); kandidiasia eta ezkabia, adibidez.
- **Larruazalpeko infekzioak.** Larruazalean agertzen dira, azalpeko beste gunen batzuetan ere bai; esaterako, hodi linfatiko hurbilekoetan.
- **Erasate handiko infekzioak.** Organismoan barneratzen dira, sakon-sakonak izaten dira, barreatuta egoten dira eta gorputzeko hainbat barne-organori egiten diete kalte.

## Larru-infekzio azalekoak

Infekziorik ohikoenek larruazalari, ileari, azazkalei eta mukosei eragiten diete, era askotako onddoek izaten baitute gaitasuna horiek sortzeko. Oro har, bi azpitalde handitan banatu daitezke onddo horiek: batetik, legamiak egongo lirake (kandidak, adibidez), eta bestetik, dermatofitoak.

Kandidek eragiten dituzten infekzioak, batik bat Candida albicans onddoak eragiten dituenak, kandidiasia deitzen dira, eta ahoak eta bulbaginek jasaten dute horien eragina; ahoan, aftak edo pikor zurien modu-

ko zauriak agertzen dira (azkura ematen dute, aho barnea hanpatu eta mina eta ondoeza izaten da jaterakoan). Bulba-baginetan, berriz, ohiz kanpoko jarioak agertzen dira (baganan), eta infekzioak erredua eta ondoeza eragiten ditu sexu harremanetan eta gernu egiterakoan.

**Dermatofitoek eragiten dituzten infekzioek larruazalari, azazkalei eta ileari erasaten diete.** Ezkabia deitzen zaie infekzio horiei, eta era batekoak baino gehiagotakoak izan daitezke: buruko ile-larruko ezkabia, iztarteke ezkabia, eraztun kruralekoa edo hebra-ren ekzema marjinatua, oinekkoa (atleta-oina ere deitzen diote), eskuetako edo oinetako azazkaletan agertzen dena (onikomikosisia ere esaten zaio), gorputzekoa, eta larruazal ilegabekoa edo herpes zirtzinatua.

## Adinaren araberakoak

Infekzio fungikoak adin guztietako pertsonetan sor daitezke, eta hainbat arrazoik eragin ditzakete.

- **Haurtxoetan:** Ahoko infekzioak izaten dira ohikoenak, onddoek edo kandidek eraginak; hor daude, adibidez, muget edo kandidiasia (ahoa agertzen diren orban edo >





## INFEKZIOREN BAT DUTENENTZAKO AHOLKUAK

- 1 Onddo-infekzio bat daukagula iruditzen bazaigu, **dermatologiako espezialista** batengana joan behar dugu, ohikoa izaten baita diagnostikoan huts egitea.
- 2 Ez inorekin trukatu **eskuoihalak** inorekin trukatu eskuoihalak, oineko ezkabia ez kutsatzeko.
- 3 Oinei **arnasa hartzen uzten dieten oinetakoak** erabili.
- 4 Igerileku eta dutxa publikoetan **ez ibili oinutsik**.
- 5 **Infekzio fungikoen aurkako tratamendua** gaez eman.
- 6 Ez erabili **zuntz sintetikoak**.
- 7 **Kotoizko galtzerdiak** erabili eta maiz aldatu.
- 8 Besapeetako azala, iztarteetakoa eta oinen behatz tarteetakoa **ongi-ongi lehortu**.
- 9 **Gorputza garbitzeko eta zaintzeko lana hartu behar da**, eta saihestu egin behar dira infekzio fungikoak agerrarazten dituzten egoerak; adibidez, beroa eta hezetasuna.

Iturria: Enrique Maria Alberdi (dermatologoa) eta Joan Martí (Espainiako Pediatria Elkartearen pediatra, Lehen Mailako Arretakoa).

zauri zuriak, pikor modukoak). Gehienetan, erditze-kanaletik kutsatzen zaio infekzioa haurtxoari, onddoak ondestean eta uzkie egoten baitira. Bestalde, "pixoihalaren dermatitisa" ere eduki dezakete haurtxoek, gernuak eta gorozkiek etengabe ukitzen dutelako larruzala eta ongi garbitu gabe gera daitezkeelako; horrek zauritxoak edo urradurak sortzen ditu, eta kandidatek horien gainean eragin dezakete infekzioa. Dermatitisarekin, urradura gorrixkak agertzen dira pixoihalak estaltzen duen inguruan, artesiak ere bai, eta are odola ere. Egungo pixoihalak, hala ere, erabili eta botatzekoak dira, eta horrek asko gutxitu ditu dermatitis kasuak.

- **Haurretan:** Haurrak sarri jolasten dira landa inguruetakoa animaliekin (untxiak, karraskariak, katuak eta txakurrak), eta horiek gaitzen bat edo zauriren bat eduki dezakete azalean edo ilean (ezkabiak); horren ondorioz agertzen da herpes zirtzinatua haurretan, eta ez du zirikusirik herpes arruntarekin. Buruko larru-ileko infekzioa ere ohikoa izaten da haurtzaroan, eta horrako hori bi eratakoa izan daiteke: batek ilearen sustraia iragiten dio, eta erorarazi egiten du; besteak larruzalari iragiten dio (Celsoren Keriona ere esaten diote), eta hanpadurak eta zornea agertzen dira.
- **Nerabeetan:** Atleta-oina eta pitiriasi aldagarria izaten dira ohikoenak. Udan eskuoihal hezeak trukatzeko joera izaten da, eta horrexegatik agertzen da pitiriasia. Oinari arnasarik hartzen uzten ez dioten zapatilen erruz ere infekzio fungiko ugari izaten dira, kirola egin eta oina izerditu egiten delako.
- **Helduetan:** Atleta-oina izaten da helduetan ere infekzio fungikorik arruntena. Dutxa eta igerilekuetan oinutsik ibiliz gero, txankletekin ibili beharrean, oso erraz kutsatzen

da. Ameriketako Estatu Batuetan Mayo Klinika egin duen ikerketa batek esaten duenez, herritarren % 70ek eduki dute noizbait.

- **Emakumeetan, ohikoa izaten da kandidatek infekzioak eragitea baginan:** haurrak izateko adinean dauden emakumeen % 70-75 inguruk bizitzan behin, gutxienez, izaten dute infekzio hori, eta horietako % 40-45i berriz ager dakieke gerora. Iztarteko ezkabia, berriz, gizonezko helduek soilik edukitzen dute ia beti. Iztartea eta izterren barruko alde gorritzen zaie, azkura ematen die, eta larruzala ezkatatu. 50 urtetik gorako pertsonetan, berriz, % 50ek onikomikozia eduki ohi dute, azazkaletako infekzioa.

### Tratamenduak

Infekzio fungikoen aurkako tratamenduak luzeak eta nahiko deserosoak izan dira. Azken urteetan, ordea, sendagai berriak iritsi dira merkatura, erabilera bakarreko azoleak, eta iraultza txiki bat ekarri dute. Azalean zabalduz ematen dira -kremen bitartez-, eta nahikoa da egunean behin ematea infekzioak hartuta daukan gorputz atalean. Horiek erabiltzeko garaiz antzeman behar da infekzio fungikoa eta medikuaren oniritzia behar da.

### Kasu batzuk

- **Oineko ezkabia edo atleta-oina.** Gaez eman behar dira erabilera bakarreko azoleak, modu horretan krema kontzentratuta geratzen



baita, eta funtzio terapeutikoa egiten du guk nahi dugun eremuan.

- **Buruko ile-larrua.** Onddoen aurkako xanpu berezi batekin garbitzen da infekzioak hartu duen gunea.
- **Zazpi urtetik beherako haurretan, grisofulbina soilik erabil daiteke buruko ile-larruko infekzioak desagerrarazteko;** tratamendu luzea da, hiru eta sei hilabete artean irauten du.
- **Bagina.** Kandidatek baginan sortu duten infekzio bati aurre egiteko, ahotik hartzeko botikak erabil daitezke (itrakonazola edo ketakonazola moduko azoleak), obulu erakoak (ketokonazola), edo azalean ematekoak (flutrimazola, adibidez). //



Atleta oina edo oineko ezkabia da helduetan infekzio fungikorik ohikoena eta gaez eman behar dira horren aurka erabilera bakarreko azoleak