

Fotsopp (Tinea Pedis)

Fotsopp er en vanlig forekommende hudinfeksjon forårsaket av dermatofytter og er smittsomt og skal behandles. Ubehandlet kan fotsopp vedvare i lang tid og ev. spre seg til andre deler av foten eller neglene. Den opptrer hos tenåringer og militærpersonell med tette, klamme sko og hos folk som trener og svetter mye.

Symptomer på fotsopp

- Soppangrepet viser seg vanligvis først på den ene foten mellom fjerde og femte tå, eller mellom tredje og fjerde tå, men kan lett spre seg.
- **Huden er hvit, flasset eller oppbløt, og det er ofte sprekker i huden.**
- **Området kan også bli rødt og klø.**
- I mer sjeldne tilfeller kan også håndflater og/eller andre deler av kroppen være affisert.

Behandling

- **Lokalbehandling 2-3 ganger daglig med krem (spray, pudder) i 2-4 uker med et egnet antisoppmiddel (klotrimazol, mikonazol, ekonazol eller terbinafin) er vanligvis effektivt.**
- **For å forebygge fotsopp er det viktig:**
 - Vakse føttene regelmessig og tørke dem godt, også mellom tærne.
 - Unngå sko som ikke lar føttene puste
 - Skift sokker jevnlig, og hold føttene tørre.
 - Gå gjerne barbeint når det lar seg gjøre, men bruk slippers eller badesko i svømmehaller, fuktige garderober osv.

Når bør kontakte legen?

Når personen har vært behandlet med steroider. Steroider kan påvirke det kliniske bildet og gjøre det vanskelig å stille rett diagnose.

Kilder:

Spør på apotek!: Farmasøytisk rådgivning ved alminnelige helseplager - Fotsopp side 70-72