



Zeigt her
eure Füße,
zeigt her
eure Schuh

Покажите Ваши стопы, покажите Вашу обувь

Fußpilz erkennen
Fußpilz loswerden

Распознать грибок стопы
Избавиться от грибка стопы



Fußpilz
erkennen

Распознать грибок стопы

Die **ersten Anzeichen von Fußpilz** sind nicht selten ein unangenehmes **Jucken** oder **Brennen**.

Um bei der Diagnose sicher zu gehen, sollte grundsätzlich ein Arzt befragt werden.

Wer aber schon einmal von Fußpilz betroffen war, kennt die **typischen Veränderungen der Haut**:

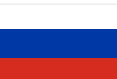
- Rötung und Entzündung der Haut
- Schuppen- oder Bläschenbildung
- Weißliche Auflagerungen
- Hautrisse zwischen den Zehen, meist am kleinen Zeh beginnend, auch blutig
- Übler Geruch der Füße

Первыми признаками грибка стопы нередко являются неприятный зуд или жжение.

Для установления точного диагноза необходимо проконсультироваться с врачом.

Однако те люди, у которых уже был обнаружен грибок стопы, знакомы с типичными изменениями кожи:

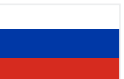
- Покраснение и воспаление кожи
- Образование чешуек или пузырьков
- Наслоения белого цвета
- Трещины кожи между пальцами ног, как правило, начиная с маленького пальца; возможно, с кровью
- Неприятный запах ног





Ursachen
von Fußpilz

Причины возникновения грибка стопы



Die **genaue Quelle** einer Fußpilzerkrankung zu benennen, ist nicht immer möglich, denn Hautpilze sind **ganz natürliche Bewohner unserer gesunden Haut**.

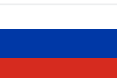
Der **Grund**, warum diese Hautpilze dann eine Erkrankung auslösen, ist in den häufigsten Fällen eine Kombination der folgenden Faktoren:

- **Vermehrter Kontakt** mit Hautpilzerregern (siehe Übertragungsquellen)
- **Geschwächtes Immunsystem**
z. B. durch Begleiterkrankungen wie Diabetes
- **Gute Wachstumsbedingungen**
z. B. durch verbesserungsbedürftige Hygiene

Не всегда возможно указать точный источник заболевания грибком стопы, так как кожные грибки - естественные обитатели нашей здоровой кожи.

Причиной, по которой эти кожные грибки впоследствии вызывают заболевание, в большинстве случаев является сочетание следующих факторов:

- Учащенный контакт с возбудителями кожных грибков (см. Источники заражения)
- Ослабленный иммунитет, например, вследствие таких сопутствующих заболеваний как диабет
- Благоприятные условия роста, к примеру, в результате недостаточной гигиены





Übertra-
gungsquellen
für Fußpilz

Источники заражения грибком кожи

Besonders der vermehrte Kontakt mit Pilzerregern erhöht das Infektionsrisiko. Typische **Übertragungsquellen** sind:

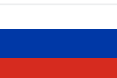
- **Sportschuhe** und **-bekleidung**
- **Arbeitsschuhe, Sicherheitsschuhe**
- **Umkleidekabinen, Schwimmbäder, Fitnessstudio, Sauna**
- **Hotelzimmer**
- Übertragung durch betroffene Familienmitglieder, z. B. durch die **Mitbenutzung von Handtüchern** oder **Nagelscheren/-knipsern**.

7

Учащенный контакт с грибковыми возбудителями существенно повышает риск заражения.

Типичными источниками заражения являются:

- Спортивная обувь и одежда
- Рабочая обувь, защитная обувь
- Примерочные, бассейны, тренажерный зал, сауна
- Гостиничные номера
- Заражение от болеющих членов семьи, например, вследствие совместного использования полотенец или ножниц/щипчиков для ногтей.





Fußpilz
wieder
loswerden

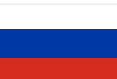
Излечение от грибка кожи

Trockene, luftige Wärme ist die beste Waffe gegen den Fußpilz. Gerade in der Behandlungsphase ist ein **gutes Hautklima** für die Heilung entscheidend.

- Vermeiden Sie enge, geschlossene Schuhe.
- Tragen Sie – wenn möglich – offene Schuhe.
- Gehen Sie aber nicht barfuß, um Eigen- und Fremdansteckung zu vermeiden.
- Tragen Sie Socken aus atmungsfähigen Materialien (beispielsweise Baumwolle).

Сухое, воздушное тепло - лучшее оружие против грибка кожи. В особенности во время лечения правильный климат кожи является решающим фактором успеха.

- Старайтесь не носить узкую и закрытую обувь.
- Носите - по возможности - открытую обувь.
- Не ходите босиком, чтобы избежать повторного заражения от других или самих себя.
- Вам следует носить носки из материалов, обеспечивающих воздухообмен (например, хлопок).





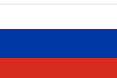
Die richtige
Fußhygiene

Правильная гигиена ног

- Die Füße, insbesondere die Zehenzwischenräume, am besten **vor dem Zubettgehen** mit einer milden Seife gründlich waschen.
- Entzündete Bereiche nicht abrubbeln, sondern trockentupfen. Hautschuppen können vorsichtig entfernt werden.
- Zehenzwischenräume **vorsichtig mit einem Haarfön trocknen**. Eine luftige, gut getrocknete Haut erschwert dem Fußpilz das Wachstum und der Wirkstoff kann besser eindringen.
- Handtücher, Socken und Bettwäsche bei mindestens 60 °C oder mit einem speziellen **pilzabtötenden Waschmittel** waschen.

11

- Рекомендуется тщательно мыть ноги - в особенности складки между пальцами ног и в идеальном случае перед сном - мягким мылом.
- Воспаленные участки кожи не трите, а лишь аккуратно осушите. Осторожно удалите чешуйки кожи.
- Складки между пальцами ног аккуратно осушите феном. Дышащая, хорошо высушенная кожа осложняет рост кожного грибку и действующее вещество может лучше проникнуть в кожный покров.
- Полотенца, носки и постельное белье стоит стирать при температуре не менее 60 °C или с использованием специального фунгицидного моющего средства.



Fußpilz richtig behandeln



Mykosert® Creme mit 2 % Sertaconazolnitrat / **Mykosert® Spray** Lösung mit 2 % Sertaconazolnitrat **Wirkstoff:** Sertaconazolnitrat **Anw.:** *Creme:* Pilzinfekt. der Haut, verursacht durch Dermatophyten (z.B. Fußpilz) od. Hefen (z.B. Malassezia-Arten b. Pityriasis versicolor od. seborrhoischer Dermatis). *Lösung:* Pityriasis versicolor sowie b. Pilzinfekt. der Haut, die durch Dermatophyten verursacht werden (z.B. Fußpilz). *Creme:* Enth. Parabene u. Sorbinsäure. *Lösung:* Enth. Propylenglycol u. Glycerinormal. **Gebrauchsinfo.** beachten. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker (MK/100315/LW/G)

Правильное лечение грибка стопы

Крем **Mykosert®**: 2 % нитрата сертаконазола / **спрей Mykosert®**: раствор с 2 % нитрата сертаконазола
Действующее вещество: нитрат сертаконазола **Сфера применения:** *Крем:* грибковые инфекции кожи, вызванные дерматофитами (например, грибок стопы) или дрожжевыми грибами (к примеру, виды малассезии при отрубевидном лишае или себорейном дерматите). *Раствор:* отрубевидный лишай и при грибковых инфекциях кожи, вызванных дерматофитами (например, грибок стопы). *Крем:* содержит парабены и сорбиновую кислоту. *Раствор:* содержит пропиленгликоль и глицеринформаль. **Соблюдайте инструкцию по применению. Сведения о рисках и побочных действиях Вы найдете в инструкции по применению и получите на консультации у врача или фармацевта**

Fußpilz heilt meist nicht ohne Therapie, deshalb sollte die Behandlung **schon bei den ersten Anzeichen** begonnen werden.

Tragen Sie Mykosert® vor dem Zubettgehen dünn auf die betroffenen Hautbereiche auf. Auch angrenzende und schwer zugängliche Bereiche, wie Nagelränder, sollten behandelt werden. Bei Fußpilz kann die **1-mal tägliche Anwendung** von Mykosert® ausreichen. Bei hartnäckigen Pilzinfektionen sollte 2-mal täglich im Abstand von 12-Stunden behandelt werden.

Nach dem Abklingen der Symptome sollte mindestens noch 2 Wochen weiterbehandelt werden.

Der Körper benötigt für eine vollständige Regeneration der Haut zirka 28 Tage. **Um ein Wiederaufflammen der Erkrankung zu vermeiden** wird empfohlen, die Behandlung möglichst lange über diesen Zeitraum weiterzuführen.

13

Как правило, без терапии грибок стопы не излечивается, поэтому лечение стоит начать при появлении первых симптомов.

Нанесите тонкий слой Mykosert® перед сном на пораженную кожу. Обработайте также близлежащие и труднодоступные участки, такие как края ногтей. При грибке стопы применения Mykosert® 1 раз в день может быть достаточно. При более сильных грибковых инфекциях применять препарат рекомендуется в 12-часовых интервалах 2 раза в день.

После исчезновения симптомов терапию стоит проводить еще как минимум 2 недели.

Для полного восстановления кожи организму нужно примерно 28 дней. Во избежание возобновления заболевания рекомендуется продолжать лечение как можно дольше на протяжении этого периода.





Eine starke Empfehlung bei Haut- und Fußpilz.

Mykosert[®]

Верное средство при грибке кожи и стопы.

 **Dr. Pflieger**
ARZNEIMITTEL
AUS BAMBERG

886191

Russische
Übersetzung

