



Pilzinfektionen der Haut

Hautpilz, Nagelpilz und Hefepilze – erkennen, behandeln, vorbeugen

Pilze sind normale Bewohner unserer Umwelt und auch auf der gesunden menschlichen Haut anzutreffen. Die meisten Arten sind für den Menschen ungefährlich. Treffen sie jedoch auf besonders günstige Wachstumsbedingungen oder fehlen die Abwehrmechanismen, können sie sich auch im menschlichen Organismus vermehren.

Begünstigend wirken ein feucht-warmes Milieu in Hautfalten sowie eine geschwächte Abwehr, z. B. bei Zuckerkrankheit, Krebserkrankungen, nach Antibiotikatherapie, bei schlechter Durchblutung oder schweren Infektionserkrankungen. Das Spektrum der Beschwerden reicht von lästigen Hautveränderungen bis zu einem – seltenen – Befall innerer Organe.

Dermatomykose (Tinea) – Fadenpilze

Dermatophyten sind Fadenpilze, die sich mit Vorliebe in der Hornschicht der Haut oder in Nägeln und Haaren von Menschen und Tieren ansiedeln. Sie werden hauptsächlich von Tieren auf den Menschen oder von Mensch zu Mensch übertragen, können aber auch aus der Erde oder über kontaminierte Gegenstände (Handtücher, Liegen, feuchte Böden) aufgenommen werden. Man unterscheidet eine oberflächliche und eine tiefer gehende Form.

Kennzeichnend für die oberflächliche Tinea sind kleine, gerötete, juckende Stellen mit einem dunkleren, meist leicht schuppenden Randwall. Die Hauterscheinungen breiten sich ringförmig aus und können landkartenartig zusammenfließen. Auf behaarter Haut brechen die Haare ab, es entstehen haararme Bereiche. Die tiefer gehende Form tritt zumeist am behaarten Kopf und in der Bartregion auf und ist durch stärker entzündliche Veränderungen, teilweise mit Eiter- und Krustenbildung, gekennzeichnet.



Füße und Zehenzwischenräume nach dem Duschen sorgfältig abtrocknen – die einfachste Vorbeugung.

Diagnose und Behandlung

Eine Pilzinfektion wird mit speziellen Verfahren diagnostiziert: mikroskopische Untersuchung sowie Anzuchtung der Pilze auf Nährböden. Einige Pilze lassen sich mit einer speziellen Lampe (Wood-Licht) erkennen.

Bei oberflächlichem Befall ist eine lokale Behandlung mit Pilzcremes (Antimykotika) in der Regel ausreichend. In schwereren Fällen oder bei bestimmten Erregern werden zusätzlich Tabletten

verabreicht. Die Behandlung des Nagelpilzes ist meist langwierig und erfordert bei ausgeprägtem Befall eine Kombination aus Tabletten, lokaler antimykotischer Pinselung und regelmäßiger fachmännischer Pediküre. In unserer Ordination bieten wir ergänzend die Laserbehandlung des Nagelpilzes an.

Gebräuchliche antimykotische Wirkstoffe in Cremes und Lacken sind Imidazol-Derivate und Triazole (z. B. Canesten®, Terzolin®) sowie Ciclopirox (Batrafen® Nagellack); gängige Tabletten enthalten Terbinafin, Fluconazol oder Itraconazol.



Atmungsaktive Schuhe, frische Socken,
Schuhe austrocknen lassen.

Vorbeugung von Nagel- und Fußpilz

- ✓ Nach dem Duschen und vor allem nach dem Schwimmbad Füße und Zehenzwischenräume sorgfältig abtrocknen; in Hallenbädern die Desinfektion benutzen
- ✓ Richtige Nagelhygiene: Nägel kurz und gerade schneiden, Fingernägel leicht rund; Verletzungen und Hauttaschen vermeiden, verhorntes Material unter dem Nagel nicht herausputzen, Nagelhäutchen nicht zurückschneiden
- ✓ Richtige Schuhe: atmungsaktiv, nicht zu eng und nicht zu hoch – sonst drohen ungünstige Druckverteilung, Durchblutungsstörungen und Nageldeformierungen
- ✓ Bei Fußschwitzen regelmäßig Socken und Schuhe wechseln, Schuhe austrocknen lassen
- ✓ Bei Befall eines Familienmitglieds getrennte Handtücher benutzen, eigenes Handtuch für die Füße, täglich wechseln
- ✓ Hautschutzcremes bei rissigen, trockenen Füßen verwenden

Candida-Infektionen – Hefepilze

Hefepilze sind mikroskopisch kleine Lebewesen und von ganz anderer Art als die Fadenpilze. Die meisten der mehreren hundert Arten sind harmlos – Back-, Bier- oder Weinhefe nutzt der Mensch seit jeher. Der wichtigste krankmachende Hefepilz ist *Candida albicans*; weitere Arten wie *Candida krusei* und *Candida glabrata* bereiten zunehmend therapeutische Schwierigkeiten, da sie gegen herkömmliche Pilzmittel Resistenzen bilden können.

Hefepilze können Haut, Schleimhäute und Darm besiedeln. Typische Candida-Infektionen sind die Windeldermatitis bei Babys sowie Achsel-, Brust- und Leistenekzeme bei Erwachsenen. Auch weißliche Zungenbeläge, Zahnprothesenprobleme und Durchfall können durch eine Candida-

Besiedelung von Mund und Darm entstehen. Der Befall im Genitalbereich ist mit viel Unbehagen verbunden und belastet oft die Partnerschaft.

Wissenschaftlich umstritten ist, ob Hefepilze auch in andere Körperorgane eindringen können – bei immungeschwächten oder schwer kranken Menschen ist das möglich. Die in manchen Büchern verbreitete Vorstellung, Hefepilze seien die Ursache fast aller Zivilisationskrankheiten, ist jedoch weit übertrieben.

Diagnostik und Therapie der Hefepilzinfektion

Vor einer Behandlung muss mittels Pilzabstrich die Art des Erregers identifiziert und auch die Menge nachgewiesen werden. Nicht jeder Hefepilz ist krankmachend; bei nur geringem Wachstum muss ärztlich abgewogen werden, ob die Beschwerden damit zusammenhängen. Zur Verfügung stehen spezielle Hautcremes, Lutschtabletten, Lösungen, Scheidenzäpfchen und unterschiedliche Tabletten. Bei Befall im Genitalbereich sollte immer auch der Partner bzw. die Partnerin kontrolliert werden, da sonst ein „Ping-Pong-Effekt“ die Infektion immer wieder aufflammen lässt.

Vorbeugung von Hefepilzinfektionen

- ✓ Windelregion bei Babys trocken halten: häufig wechseln, keine ölgetränkten Tücher und Fettsalben; zur Pflege eignen sich weiche Zinkpasten
- ✓ Hautpflege mit milden Hautschutzmitteln, Verzicht auf parfümierte, stark schäumende Duschgele
- ✓ Eng aufeinanderliegende Hautflächen trocken halten (unter der Brust, Leisten, Zehenzwischenräume)
- ✓ Irritierende Kleidung vermeiden (enge synthetische Kleidung, zu enge BHs, String-Tangas)
- ✓ Normalgewicht anstreben
- ✓ Zuckerarme, faserreiche, vollwertige Ernährung; Zurückhaltung bei Hefeprodukten und Dörrobst