

EXOLORFIN[®]

zdravilni lak

EXODERIL[®]

krema

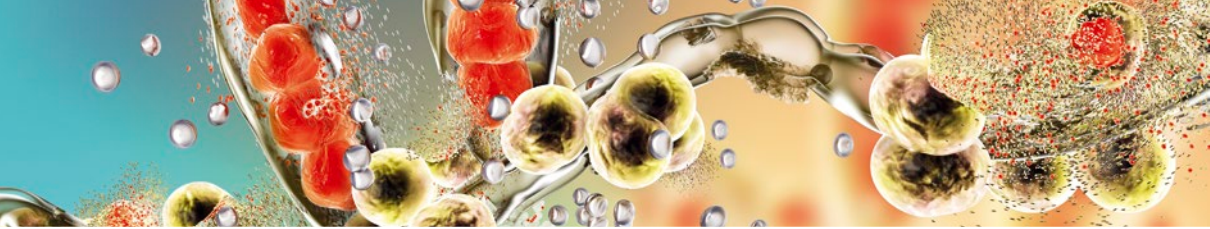
Naročite

EKSPERTA ZA ZDRAVLJENJE GLIVIČNIH OKUŽB NOHTOV IN KOŽE



član skupine Sandoz

www.lek.si



GLIVIČNE OKUŽBE – ZDRAVSTVENA IN NE LE ESTETSKA TEŽAVA

Ljudje pogosto mislijo, da so glivične okužbe zgolj nadloga, ki bo hitro izginila. Zato se marsikdaj ne zmenijo za simptome ali pa okužene nohte prekrijejo s kozmetičnim lakom v upanju, da bo težava izginila. Vendar pa **ne moremo pričakovati, da bo glivična okužba minila sama od sebe**, če je ne zdravimo.^{1,2}

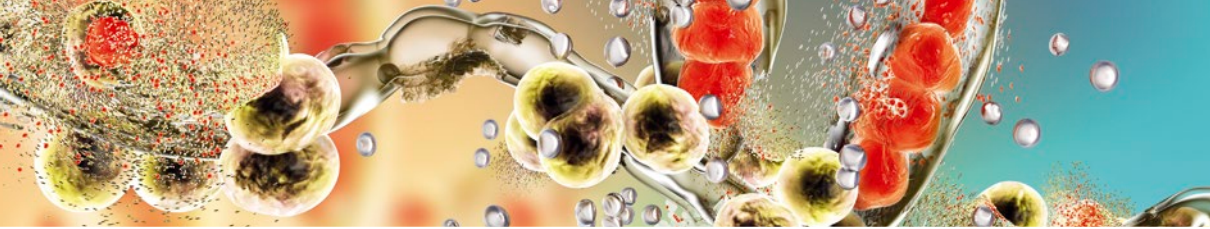
Odlaganje z zdravljenjem lahko stvari samo **poslabša**. **Okužba** se utegne **razširiti** ter postati vse bolj očitna in neprijetna, zaradi česar bo **zdravljenje težje, dolgotrajnejše** in tudi dražje.³ Poleg tega so glivične okužbe lahko precej **neprivlačne** in zato povzročajo zadrego. To lahko vpliva na samopodobo in socialno življenje okuženega.⁴

Nezdravljena glivična okužba pomeni tudi **večje tveganje za prenos na družinske člane in druge** (npr. obiskovalce telovadnice ali bazena), kar je lahko dodaten vzrok za občutek nelagodja pri posamezniku.^{4,5}

PRAVOČASEN ZAČETEK IN VZTRAJNOST STA KLJUČNA ZA USPEH LOKALNEGA ZDRAVLJENJA OKUŽBE

Glivične okužbe so pogosto zelo **trdovratne**. Zato je izjemnega pomena, da lokalno **zdravilo** s protiglivično učinkovino prične uporabljati **čim prej**, ga uporabljamo **redno in brez prekinitve do ozdravitve** okuženih področij ter skladno z navodili.

Posebno pri **zdravljenju glivic na nohtih** je **vztrajnost ključna**, saj je z zdravljenjem potrebno nadaljevati do izraščanja popolnoma zdravega nohta. Zdravljenje nohtov na rokah na splošno traja 6 mesecev, nohtov na nogah pa 9 do 12 mesecev.



POMEMBNO!

1

ČIMPREJŠNJI ZAČETEK ZDRAVLJENJA

Tako lahko **preprečimo prenos** na preostale dele telesa in druge ljudi ter pripomoremo, da okužba **ne postane sistemska** in se **ne razširi v notranjost** našega organizma.

2

REDNA UPORABA

Zdravilo uporabljamo **redno in brez prekinitve**, skladno z navodili.

3

VZTRAJNOST

Zdravilo uporabljamo **dovolj dolgo do ozdravitve**, skladno z navodili.

KDO JE DOVZETNEJŠI ZA GLIVIČNE OKUŽBE?

Za okužbe z glivicami so dovzetnejše **osebe** z naslednjimi **stanji ali navadami**:⁶

- **sladkorna** bolezen
- prekomerna telesna **teža**
- prekomerno **potenje**
- **poškodbe** kože ali nohtov
- obiskovalci **savn** in **kopališč**
- **imunsko oslabiljenost**
(npr. okužba s HIV)
- osebe s **slabšo odpornostjo**
(vzrok sta lahko tudi uporaba *hormonske kontracepcije in nosečnosti*)
- osebe, ki se **zdravijo s protivnetnimi zdravili** (kortikosteroidi) ali **antibiotiki**
- **prekomerno** uživanje **alkohola**
- **slaba prehranjenost**



GLIVIČNE OKUŽBE NOHTOV

Glivična okužba nohta (imenujemo jo tudi **onihomikoza**) **najpogosteje napade nohte prstov na nogah** (predvsem **palcev**). **Največkrat se okužba začne na konici oziroma robu nohta. Noht spremeni barvo in/ali strukturo**, kjer glivice prodrejo ob strani prostega nohtnega roba pod nohtno ploščo. Glivična okužba (predvsem z dermatofitnimi glivicami) se nato **širi po nohtu**, proti nohtni korenini in v **globino do nohtne posteljice**.

Za potrditev glivične okužbe je potreben obisk pri zdravniku, ki z enostavnim testom potrdi okužbo. Vendar pa lahko že iz kliničnih znakov (gl. *Znaki glivične okužbe na nohtih*) dobro napovemo, ali gre za glivično okužbo, ki je pogostejša med starejšimi (nad 60. letom).

Okužba se lahko z enega nohta prenese na ostale, še posebno če ne vzdržujemo redne higijene (umivanje nog, krajšanje nohtov), če so stopala potna ali če se ne preobuvamo redno.

ZNAKI GLIVIČNE OKUŽBE NA NOHTIH



- **Sprememba barve** - noht lahko postane **rumenkast, belkast** ali **temen**.
- **Sprememba oblike in strukture** - noht lahko postane **krhek** in **zadebeljen**.
- **Spremembe niso simetrične** - običajno so prisotne le **na eni roki** oz. **nogi**.



KDO JE BOLJ NAGNJEN H GLIVIČNIM OKUŽBOM NOHTOV?

- tisti z **varikozami** oz. **kroničnim venskim popuščanjem**
- bolniki z **boleznimi perifernega žilja** (slaba prekrvavitev prstov)
- **sladkorni bolniki**
- bolniki s prirojenimi ali pridobljenimi **imunskimi obolenji**
- **kadilci**
- (aktivni) **športniki** z zaprto, tesno športno obutvijo
- tisti s **ponavljajočimi poškodbami nohtov**^{7,8}





NASVETI PRI ZDRAVLJENJU*

Kako si lahko pri glivičnih okužbah kože in nohtov pomagata sami?

Upoštevat je potrebno splošna navodila o negi telesa, nošenju primernih oblačil in obutve.

1. Pri glivičnih okužbah stopal so priporočljive zgolj **bombažne nogavice**, ki jih menjamo vsak dan.
2. **Obutev naj bo usnjena**, dovolj **široka** in naj se po nošenju **dobro prezrači**. V lekarnah se dobijo protiglivična pršila, s katerimi lahko razkužite svojo obutev.
3. **Noge** si je potrebno umivati **s kislimi mili** oz. mili **z nizkim pH-jem**. **Po umivanju** je noge nujno dobro **posušiti**, zlasti **med prsti**.
4. Za manikuro okuženih nohtov je priporočeno uporabljati **pilice za enkratno uporabo**.
5. **Manjše okužbe** kože in nohtov zdravimo **lokalno**, težje kožne spremembe in obsežnejše okužbe nohtov pa še sistemsko z zdravili, ki jih dobimo na recept.
6. **Brisače za roke perite** čim pogosteje **pri najmanj 60 °C**.





NASVETI PRI PREPREČEVANJU*

Kako lahko preprečite nastanek glivičnih okužb kože in nohtov?

1. Okužbo lahko preprečite tako, da **ne hodite bos** v kopalniščih, savnah in kabinah za prhanje ter po skupnih garderobah. Uporabljajte **plastična obuvala**, ki se lažje umijejo in hitreje osušijo.
2. Po vsakem kopanju ali prhanju si **temeljito obrišite noge**, še posebej **med prsti**.
3. Uporabljajte **samo svojo brisačo**.
4. Priporočljivo je uporabljati **bombažne nogavice**, v katerih se noga manj poti in jih lahko po vsakodnevni menjavi prekuhavamo.
5. Pretesna obutev lahko poškoduje nohte, ki so v takem stanju še posebej dovzetni za okužbe. **Čevlji** morajo biti zato **široki, zračni** ter **udobni** in iz **naravnih materialov**, npr. usnja. Po nošenju jih je dobro **prezračiti** in **posušiti**. Športne obutve ne smemo puščati v torbah.
6. **Ne nosite vsak dan istih čevljev** in si jih ne izposojajte.
7. Če imate glivične okužbe na nogah, si **pred oblačenjem spodnjic obujte nogavice**, da okužbe ne boste prenesli še v razkorak.
8. **Ne božajte neznanih živali**, četudi so na videz zdrave.
9. **Pri delu z zemljo** nosite **zaščitne rokavice**.

Nohte strižemo na kratko in pazimo, da ne poškodujemo kože ob nohtih. Poškodbe nohtov in obnohtja namreč olajšajo vstop glivicam in s tem začetek glivične okužbe nohtov.

* Povzeto po: Markoš-Krstulović I. Glivične okužbe kože in nohtov. Navodila za bolnike, 2. knjiga, Bolezni in poškodbe; urednici Klemenc-Ketiš Z, Tušek-Bunc K. Zavod za razvoj družinske medicine, 2009.

amorolfin

EXOLORFIN[®]

50 mg/ml zdravilni lak za nohte



**EXOLORFIN[®] SE LAHKO UPORABLJA SKUPAJ
S KOZMETIČNIM LAKOM ZA NOHTE**



Več informacij na www.si.exoderil.com

amorolfin

EXOLORFIN®

50 mg/ml zdravilni lak za nohte

1x
NA
TEDEN

ENOSTAVEN KORAK DO LEPIH NOHTOV



ZDRAVI IN PREPREČUJE
GLIVIČNE OKUŽBE NOHTOV

- Zdravi in preprečuje glivične okužbe nohtov pri odraslih.
- Enostavna terapija: le 1-krat tedensko.
- Edino zdravilo z učinkovino **amorolfin** na slovenskem trgu.

AMOROLFIN preprečuje rast glivic in jih uničuje!

Deluje proti številnim vrstam glivic, kot so kvasovke,
kožne glive in plesni.

amorolfin

EXOLORFIN®

50 mg/ml zdravilni lak za nohte

1x
NA
TEDEN

KAKO UPORABLJATI ZDRAVILNI LAK EXOLORFIN®?

- Za **zunanjo uporabo** pri **odraslih**.
- **Nanesite na prizadete nohte** na rokah ali na nogah **1-krat tedensko**.

NAČIN UPORABE



1. **Pred vsakim nanašanjem** laka za nohte **spilite prizadeta področja nohtov** (še posebej površino nohtov), kolikor je le mogoče temeljito, z eno od priloženih pilic za nohte.

Opozorilo! Pilice za nohte, ki ste jo uporabili za obolele nohte, ne uporabljajte za nego zdravih nohtov.



2. **Iz pakiranja vzemite krpico**, ki je prepojena z odstranjevalcem laka za nohte. Z njo **očistite površino obolelih nohtov in odstranite preostanke laka**. Ena krpica zadošča za čiščenje vseh obolelih nohtov. Uporabite lahko tudi običajni odstranjevalec laka za nohte.



3. Priloženo **lopatico za nanašanje potopite v lak** za nohte. Ne otirajte je na vratu steklenice. Lopatico potopite v lak za vsak oboleli noht znova. Lak za nohte **nanesite na celotno površino nohtov**.

amorolfin

EXOLORFIN®

50 mg/ml zdravilni lak za nohte



4. **Stekleničko takoj** po končanem nanašanju previdno **zaprite** in **lopatico očistite s krpico**, ki je prepojena z odstranjevalcem laka za nohte.



5. Zdravilni lak naj se **suši približno 3 do 5 minut**.



6. **Kozmetični lak** za nohte lahko naneseš **10 minut** po uporabi zdravilnega laka Exolorfin®.

Glivične okužbe so pogosto zelo trdovratne. **Na prizadetih nohtih** zato **uporabljajte zdravilo Exolorfin®** brez prekinitve, **dokler ne zrastejo popolnoma zdravi nohti**. Zdravljenje nohtov na rokah na splošno traja 6 mesecev, nohtov na nogah pa 9 do 12 mesecev.

Če se po 3 mesecih stanje ne izboljša, se morate posvetovati z zdravnikom.

Več informacij na www.si.exoderil.com



amorolfin

EXOLORFIN®

50 mg/ml zdravilni lak za nohte

**EXOLORFIN® SE LAHKO UPORABLJA
SKUPAJ S KOZMETIČNIM
LAKOM ZA NOHTE**

10 MIN

KATERE OBLIKE GLIVIČNIH OKUŽB NA NOHTIH LAHKO ZDRAVIMO SAMI?

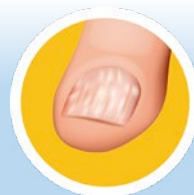
Spremembe na nohtih, ki prizadenejo manj kot 80 % nohtne površine
in so lahko vidne:



na koncu nohta



**na stranskem
robu** nohta



na površini nohta

naftifinijev klorid

EXODERIL®

10mg/g krema

1x
NA
DAN



PRI GLIVIČNIH OKUŽBAH STOPAL,
DIMELJ ALI NEPORAŠČENE KOŽE

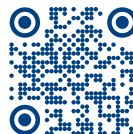
Krema **Exoderil®** se uporablja pri **odraslih** za **zdravljenje glivičnih okužb**:

- na **neporaščeni koži** na različnih predelih telesa, kot so **trup, noge, roke, dlani** (*tinea corporis*),
- v **predelu dimelj** (*tinea cruris*),
- na **stopalih** - med prsti in na **podplatu** oz. **atletsko stopalo** (*tinea pedis*).

NA KAKŠEN NAČIN SE LAHKO KAŽEJO GLIVIČNE OKUŽBE?

- draženje
- pordelost in luščenje kože
- srbenje
- oteklost
- mehurčki

Več informacij na www.si.exoderil.com



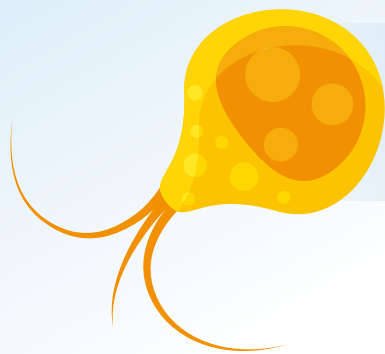
naftifinijev klorid

EXODERIL®

10mg/g krema



EXODERIL® krema vsebuje
zdravilno učinkovino **NAFTIFIN**, ki deluje:

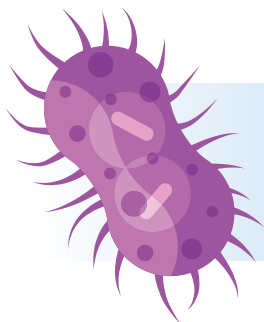
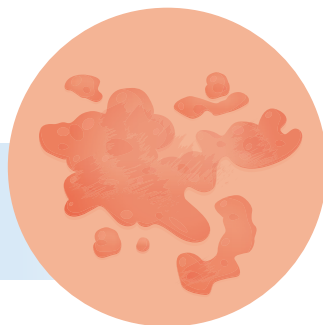


1. PROTIGLIVIČNO

(fungicidno na napogostejše
povzročitelje dermatofite)

2. PROTIVNETNO

(zato **lajša srbenje** prizadete kože)



3. PROTIBAKTERIJSKO

(na določene bakterije, ki se pogosto
pojavi skupaj z glivičnimi okužbami)

IZBOLJŠANJE SIMPTOMOV običajno nastopi **ŽE V 1 TEDNU REDNE UPORABE**⁹, kar je hitreje od drugih bolj poznanih učinkovin (azoli).

naftifinijev klorid

EXODERIL®

10mg/g krema

1x
NA
DAN

KAKO UPORABLJATI KREMO EXODERIL®?

Nanesite **tanek sloj** kreme **1-krat na dan** na prizadete dele kože in okolico ter jo **nežno vtrite**.

- Pred nanosom kreme temeljito **umijte in posušite prizadeto mesto**.
- Dela kože, na katerega ste nanesli kremo, ne smete poviti ali kako drugače prekriti, razen če vam je tako svetoval zdravnik.
- Krema ne sme priti v stik z očmi in sluznicami. Po vsaki uporabi si temeljito umijte roke.



Zdravilo **Exoderil®** je **namenjeno za uporabo na koži**.

Običajno nastopi **izboljšanje v prvih sedmih dneh uporabe** zdravila.

Če se znaki bolezni poslabšajo ali ne izboljšajo v 2 tednih zdravljenja, se posvetujte z zdravnikom.

TRAJANJE ZDRAVLJENJA

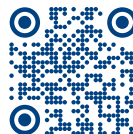
Glivične okužbe **kože** (*tinea corporis*)
in v predelu **dimelj** (*tinea cruris*)

2-4 tedne

Glivične okužbe **stopal med prsti**
in **na podplatu** oz. **atletsko stopalo** (*tinea pedis*)

4-6 tednov

Več informacij na www.si.exoderil.com



amorolfin

EXOLORFIN®

50 mg/ml zdravilni lak za nohte

1x
NA
TEDEN

KOLENDARČEK za beleženje nanosa zdravilnega laka EXOLORFIN®

	JAN	FEB	MAR	APR	MAJ	JUN	JUL	AVG	SEP	OKT	NOV	DEC
1												
2												
3												
4												
5												
6												
7												
8												
9												
10												
11												
12												
13												
14												
15												
16												
17												
18												
19												
20												
21												
22												
23												
24												
25												
26												
27												
28												
29												
30												
31												

Več informacij na www.si.exoderil.com

www.lek.si | Lek farmacevtska družba d.d., Verovškova 57, 1526 Ljubljana, Slovenija
Informacija pripravljena: februar 2021 | SI2102242922

Viri: 1. NHS Choices. 'Athlete's foot.'. <http://www.nhs.uk/conditions/Athletes-foot/Pages/Introduction.aspx>. Datum vpogleda maj 2016. 2. NHS Choices. 'Fungal nail infection- Treatment' [dostopno na: <http://www.nhs.uk/Conditions/Fungal-nail-infection/Pages/Treatment.aspx>. Zadnji dostop 07.02.2020]. 3. Ustinov MV. Treating Doctor. 2016;5. 4. Elewski BE. Clin Microb Rev. 1998;11(3):415-429. 5. Thomas J, et al. J Clin Pharm Ther. 2010;35:497-519. 6. Ely JW in sod. Am Fam Physician. 2014;90(10). 7. Nenoff P in sod. Hautarzt 2012 - 63:30-38 8. Ameen M in sod. British Journal of Dermatology 2014; 171: 937-958. 9. Del Rosso JQ & Kirick LH. J Drugs Dermatol. 2013; 12 (suppl. 11): s165-171.

Pred uporabo natančno preberite navodilo! O tveganju in neželenih učinkih se posvetujte z zdravnikom ali s farmacevtom.