

Putjeszool (pitted keratolysis)

Putjeszolen is een onschuldige aandoening van de voetzolen bij mensen die veel last hebben van overmatig zweten (hyperhidrosis) van de voeten. Bij putjeszolen is (een deel van) de eeltlaag van de voetzolen wit verkleurd en zijn er oppervlakkige putjes zichtbaar van 1-2 mm. Het lijkt alsof deze putjes uit de eeltlaag geponsd zijn. Er is meestal ook sprake van een onaangename geur.



Oorzaak

Er is sprake van een bacteriële infectie met de corynebacterie die de opgeweekte eeltlaag gebruikt als voedingsbodem

Behandeling

Putjeszolen kunnen worden behandeld met lokale antibiotica. Over het algemeen zijn erythromycine lotions of gels effectief om de infectie te bestrijden. Als aan de door transpiratie opgeweekte eeltlaag niets gedaan wordt zal de infectie weer snel terugkeren.

Hoe kan transpiratie zoveel mogelijk voorkomen worden?

- Ventilerend schoeisel dragen (leer)
- Probeer het schoeisel niet te veel dagen achtereen te dragen zodat de binnenzijde van de schoenen goed kan drogen
- Draag sokken die transpiratievocht goed kunnen absorberen
- Gebruik enkele keren per week een goede deodorant op de voeten