
Mote mot fotsopp

FRA ARKIVET

JULIE DIDRIKSEN

julie.didriksen@tidsskriftet.no

Tidsskriftet

I Tidsskriftet nr. 18/1993 tipset Per Stavem om at han hadde hørt at raggsokker skulle hjelpe mot fotsopp (Tidsskr Nor Lægeforen 1993; 113: 2287). Allerede noen utgaver senere, i nr. 21/1993, kunne Aksel Ongre i et leserbrev informere om at tipset fikk drahjelp fra moteverdenen (Tidsskr Nor Lægeforen 1993; 113: 2718).



Foto: Camilla Ringstad Nordrum, Berger museum / CC BY-SA

Raggsokker hindrer fotsopp

For 15 år siden hadde vi ved avdelingen en jusstudent som vikarierende pleiemedhjelper. Han var en fremragende idrettsmann, og fortalte at han tidligere i årevis hadde vært plaget med intraktabel fotsopp. Han begynte å gå med raggsokker hele året. Da ble han straks tørr på føttene, og fotsoppen forsvant og hadde vært borte i flere år da han fortalte historien til meg.

Raggsokkene absorberer fuktigheten fra føttene, og epitelet holder seg tørt. Vi unngår den masereringen som ofte oppstår ved bruk av tynne bomullssokker i varmen. Går vi på het asfalt, vil ullsokkene også isolere og hindre at asfaltvarmen ledes til fotsålene.

«Det kan faktisk tenkes at fotballspillerne på den måten vil kunne skape en mer fotvennlig mote blant ungdommen»

Legen for landslaget i fotball fortalte nylig at mange fotballspillere har mye plager med føttene, og bl.a. ofte har fotsopp. Hvis fotballspillerne går over til å bruke tykke ullsokker i romslige jogge-, fritids- og selskapssko sommer som vinter, vil de ganske sikkert merke en gledelig reduksjon av fotsopptendensen. Den brøkdelen av tiden de spiller fotball i støvler som antakelig bør være trange, vil ikke så lett lede til fotsopp hvis føttene er tørre i ullsokkene resten av dagen. Fotballspillere som lever av sine føtter, bør være så motivert at de med stolthet kan ferdes overalt i romslige sko og tykke ullsokker. Det kan faktisk tenkes at fotballspillerne på den måten vil kunne skape en mer fotvennlig mote blant ungdommen.

Per Stavem, Oslo

Mer om raggsokker

Jeg har med stor interesse lest Per Stavems innlegg i Tidsskriftet vedrørende bruk av raggsokker i kampen mot fotsopp. Han tenker seg i den forbindelse at fotballspillere kan skape en fotvennlig mote blant ungdommen.

«På høstvisningen satser vi på doktor Martens-sko»

Nå ser det heldigvis ut til at han får «drahjelp» fra moteverdenen i Paris. Sitat fra Aftenposten 9.8.1993: «Selv Karl Lagerfeld anbefaler nå rufserøffe raggsokker i skuddsikre sko.» På in-steder i Oslo ble det allerede i juni observert jenter med svære støvler og solide raggsokker ifølge samme kilde, som også melder fra Moteuken i Oslo: «På høstvisningen satser vi på doktor Martens-sko. De er ganske svære, de også.»

Aksel Ongre, Arendal

Publisert: 23. juni 2025. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.25.0324
Opphavsrett: © Tidsskriftet 2026 Lastet ned fra tidsskriftet.no 23. juni 2026.