

Schimmelinfectie:

- Is besmettelijk en manifesteert zich op de huid of in nagels.
- Is over het algemeen niet gevaarlijk voor de gezondheid.
- kan, als u diabetes hebt, problemen geven. Raadpleeg uw huisarts.
- kan nagels verdikken en/of brokkelig maken. Laat dit behandelen door een pedicure.
- Schimmelnagels zijn moeilijk te bestrijden, omdat er vele verschillende soorten zijn, en kan weer terugkomen als uw weerstand lager is.
- Huidschimmel wordt behandeld door de huisarts met zalf of medicatie en verdwijnt meestal snel. Wacht niet te lang met bezoek huisarts bij klachten als jeuk, rode vlekjes of velletjes.

Wat is een schimmelnagel?

Een schimmelnagel is een nagel die geïnfecteerd is met een schimmel of een gist. Hierdoor ontstaan veranderingen aan de nagelplaat. Schimmelnagels komen zeer veel voor. Het heeft niets te maken met slechte voethygiene, maar wordt door besmetting overgedragen.

Hoe ziet een schimmelnagel eruit?

De nagel wordt geel en/of dik en/of groeit krom.

Schimmelnagels verzorgen

Door de aangroei van schimmels onder de nagelplaat kunnen schimmelnagels erg dik worden. Wanneer de voet in de schoen wordt gestopt kunnen deze nagels pijnlijke druk veroorzaken. Het dunner maken van de schimmelnagels is de meest voorkomende behandeling in de pedicurepraktijk. Machinaal en pijnloos worden de nagels dunner gemaakt en in model gefraisd. Dit haalt de druk van de nagel en voorkomt het ingroeien van de nagels.

Schimmelnagels behandelen of camoufleren:

Hoe eerder u behandelt hoe beter en sneller het resultaat. Het is echter voor iedereen verschillend en een lang proces.

Mogelijkheden om de schimmelnagel(s) te behandelen:

- ✓ Wilde Pedique Plus
Behandeling mét camouflage:
De schimmel op de nagel wordt eerst zoveel mogelijk weg gefraisd door de pedicure. Daarna wordt een gel aangebracht die wordt uitgehard door een UV- of Ledlamp. Deze gel doodt schimmels en camoufleert de aangedane nagel.
- ✓ Anti-schimmel Product
 - Begin met een bezoek aan de pedicure en laat de schimmel zoveel mogelijk weghalen.
 - Dan dagelijks een antischimmel product gebruiken.
Begin met dagelijks insmeren met Vicks Vaporub. (deze is wetenschappelijk onderzocht)
 - Laat na 6-8 weken de schimmel in de nagel zoveel mogelijk wegfransen door de pedicure.
 - Herhaal tot gewenst resultaat.
 - Geen verbetering na 3 maanden? Probeer dan een ander mycose product.
 - Belangrijk is de behandeling *consequent* vol te houden.
- ✓ Laserbehandeling.
De ND YAG is de enige laser waarbij wetenschappelijk is onderbouwd dat deze resultaat levert. Bovendien treden geen bijwerkingen op. Er zijn gemiddeld 4 tot 6 behandelingen nodig voor een optimaal resultaat. Tussen elke behandeling zit een interval van 6 weken. Kijk voor deze behandeling bijvoorbeeld op www.podothérapeut.nl van Wender Voetencentrum.
- ✓ Medicatie.
Ook kunnen schimmelnagels met medicijnen worden behandeld. Als schimmelnagels puur

cosmetische klachten geven is het de vraag of een behandeling met orale geneesmiddelen wel gerechtvaardigd is in verband met de soms forse bijwerkingen. Toch kan hier in sommige gevallen hiervoor gekozen worden in overleg met een arts.

Voorkom (her)besmetting van uzelf en anderen:

- ✓ Behandel *alle* sokken en schoenen, inclusief pantoffels en sportschoenen, minimaal een keer per maand met een schimmeldodende poeder of spray of elke week met een in azijn gedrenkte doek en daarna goed laten drogen.
- ✓ Draag schoenen niet langer dan één dag achter elkaar, zodat het binnenleer kan drogen.
- ✓ Draag ventilerende sokken van natuurlijk materiaal, zoals wol of katoen.
- ✓ Was de voeten *zonder zeep* en *droog ze* zorgvuldig af, ook tussen de tenen!
- ✓ Gebruik geen nagellak op een schimmelnagel. Dit sluit de nagelplaat af van zuurstof en verergerd schimmels. Voor nood, gebruik zuurstof doorlatende nagellak (en haal het eraf na dat feest bv.)

Móet een schimmelnagel worden genezen?

In de meeste gevallen hoeven schimmelnagels niet genezen te worden omdat ze medisch gezien weinig kwaad kunnen. Bij mensen met diabetes of een algemeen verminderde weerstand kan het behandelen van schimmelnagels wel medisch van belang zijn.

Vooruitzichten

Helaas kan, ook na een succesvolle behandeling, een nieuwe schimmelinfectie na verloop van tijd weer opduiken en kunnen de klachten opnieuw beginnen. Ook vaak na een periode van verlaagde weerstand of emotionele stress.

Geen garanties

Er zijn meerdere (werkzame) behandelingen voor schimmelnagels, zoals bijvoorbeeld lasertherapie, Pact methode en allerlei verschillende soorten tinctuur.

Wat voor u werkt is afhankelijk van het soort schimmel, uw weerstand, de gezondheid van uw huid, uw leeftijd, therapietrouw etc. Er zijn veel factoren die meespelen en er is helaas geen eenduidige therapie gevonden die bestand is tegen alle schimmels.

Bij twijfel of gezondheidsklachten raad ik u aan naar de huisarts te gaan voor een (schimmel) diagnostisch onderzoek en u door de arts te laten adviseren over de behandeling.