

Schimmelnagels (kalknagels)

- Schimmels zijn overal en zitten bij iedereen op het lichaam. Dit is meestal niet erg, omdat het vetlaagje op de huid bescherming biedt. Als de huid of nagel beschadigd is kan een schimmel in de huid en de nagels binnendringen en zich daar razendsnel vermeerderen. Dan spreken we van een schimmelinfectie.
- In Nederland heeft 1 op 3 volwassenen een schimmelinfectie aan de huid en nagels van de voeten.

Hoe ontstaat een schimmelnagel ?

- Schimmelsporen vermeerderen razendsnel in een warme, vochtige omgeving en nestelen zich graag:
 - In slecht groeiende of beschadigde nagels
 - In een beschadigde of droge huid door bijvoorbeeld:
 - langdurig en vaak heet douchen en badderen
 - Zeep en shampoo producten
 - Bij huidziekten
 - Bij verminderde afweer (bv door chemokuren of aandoeningen)
 - Voetschimmel (zwemmerseczeem)
 - In slecht geventileerde schoenen en sokken/panty door vocht en warmte
 - Bij micro beschadiging door teveel druk op de teennagels

Tips om schimmelnagels te voorkomen

- Gebruik 1x per week Solution Spray om schimmels en bacteriën te voorkomen.
- Wissel schoenen elke dag af, zodat het binnenleer kan drogen.
- Draag elke dag schone, ventilerende sokken van natuurlijk materiaal, zoals wol of bamboe.
- Draag zeker geen nylons, kunststof sokken en schoenen.
- Droog uw voeten goed af, vooral tussen de tenen.
- Vet uw huid in na het douchen of baden. Of gebruik een douche olie.
- Laat nagellak niet onnodig lang zitten.
- Bij zweetvoeten, vaak droge sokken aan, een voetdeo of talkpoeder gebruiken.
- Behandel voetschimmel (zwemmerseczeem) zo snel mogelijk

Hoe ziet voetschimmel of een schimmelnagel eruit ?

Als een nagel verkleurt, is de kans aanwezig dat een schimmel actief is. Als de infectie erger wordt, verandert de kleur in geelbruin. De nagel kan verdikt, brokkelig worden en laat soms los. Meestal is er ook een voetschimmel op de huid, die pijnlijke kloofjes tussen de tenen veroorzaakt. Dan zien we op de voetzool rode plekjes en/of velletjes en verweekte huid tussen de tenen en soms jeukt het.

De afwijking van nagels en huid kan ook een gevolg zijn van niet-besmettelijke huidziekten, zoals eczeem, psoriasis, lichen planus. Dan helpt een voetschimmel behandeling niet.

Voetschimmels en Schimmelnagels behandelen

Een pedicure heeft de juiste kennis en adviseert op maat om de schimmelinfecties te verbeteren en/of te verfraaien. Door een vastgesteld protocol voor schimmelinfecties kan de pedicure bepalen of en welke behandeling in uw geval passend is. Middelen om de schimmel te behandelen haalt u na het opstellen van het pedicure behandelplan bij de apotheek.

In sommige gevallen kunt u worden doorgestuurd naar de huisarts.