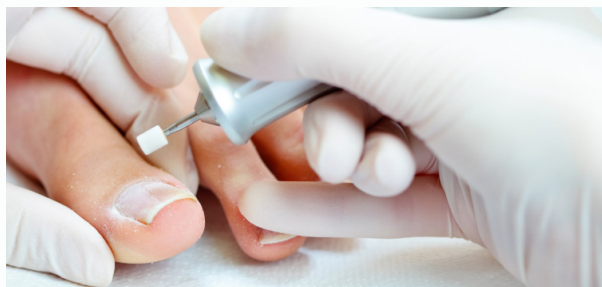


Laat het je niet gebeuren Schimmelnagels

Onychomycosis



Schimmelnagels is een veel voorkomend probleem
Spontane genezing treedt zelden op!

EEN GOEDE BEHANDELING IS NODIG!

In deze folder leest u wat u kunt doen om deze schimmel te lijf te gaan.
Zonder uw medewerking is herstel nihil.



Monique-Pedicure

medisch pedicure

Verseke

Tel: 06 33 05 68 75

www.monique-pedicure.nl

Wat zijn de symptomen?

Een schimmelnagel, in de volksmond kalknagel genoemd, vertoont in eerste instantie geelwitte plekken/strepen, in een later stadium kan dit geel/bruin verkleuren.

De nagel wordt dik en brokkelig, tevens kan de nagel zelf geheel of gedeeltelijk loslaten. Dit is niet alleen hinderlijk maar kan ook pijnlijk zijn.

Oorzaak

Besmetting komt door schimmels die Dermatofyten heten. Wanneer deze de huid aantasten heet het Dermatomycoze, wanneer deze de nagel aantasten heet het Onychomycose.

Meestal is dat de Trichophyton schimmel en met name de T. Rubrum. Dermatofyten komen NIET voor op een gezonde huid. Komt u er mee in aanraking, is het er af te wassen.

Dermatofyten leven van keratine, en vermeerderen in warme en vochtige ruimte, denk aan een schoen. Keratine zit in de bovenste drie huidlagen van de opperhuid die uit 5 lagen bestaat. Een nagel is opgebouwd uit keratinelagen. Een nieuwe nagel van de grote teen duurt 1,5 jaar. Een schimmel remt de groei van de gezonde nagel af dat is de reden dat het lang duurt tot de nagel weer gezond is.

Hoe ontstaan schimmelnagels?

Besmetting vindt plaats door schilfer verspreiding van besmette nagels, huid of contact met schimmelsporen die men aantreft in zwembad, sportclub, eigen badkamer, beddengoed of door besmetting door besmet dier.

Voorwaarde: er moet een beschadigde huid of nagel zijn en contact met een schimmel moet langdurig plaats vinden (4 uur of langer). Mensen die gevoeliger zijn voor een schimmelinfectie:

- Diabetes
- Koorts
- Verminderde weerstand
- Verstoring in het vatenstelsel
- Verkeerde hygiëne (te veel zeep)
- Bij gebruik van antibiotica of corticosteroiden

Als er een wond ontstaat door een schimmel en deze niet behandeld wordt kan er een secundaire infectie ontstaan n.l. een bacteriële infectie.

Vervolgens is er een ingang nodig waardoor deze micro organismen binnen kunnen dringen.

Hiervoor is een wondje nodig. Dit kan een echt wondje zijn dat bloedt maar kunnen ook zwakke plekken in de huid zijn bv bij een zeer verweekte huid.

Wondjes kunnen ontstaan door b.v.:

- stoten
- te kort knippen van de nagels
- ingroeiende teennagels

Weke huid ontstaat door b.v.:

- water (zwemmen, te warm en lang douchen)
- zweetvoeten
- klamme voeten na sporten
- niet goed afdrogen na het douchen

Tips ter voorkoming en genezing

- Was de huid niet te vaak met (veel) zeep, dit beschadigt de flora van de huid die een beschermende functie heeft.
- Gebruik lauw/warm water en PHneutrale zeep.
- Droog de voeten goed af en laat ze even uitwasemen voor u sokken aantrekt.
- Gebruik bij transpirerende voeten een drogend poeder bijv. miconazol talkpoeder.
- Draag iedere dag schone, sokken (wol of katoen).
- Wissels schoenen regelmatig en laat ze tussentijds goed luchten. Doe er ter preventie Voetcare in.
- Draag ruim zittende schoenen van ventilerend materiaal (leer) of "open" schoenen.
- In openbare gelegenheden niet op blote voeten lopen maar draag slippers.

Heeft u voet- en/of nagelschimmel? Neem dit heel serieus zodat u uw huisgenoten niet besmet! Knip/vijl uw nagels onder water, loop niet met blote voeten door uw huis, handdoeken, sokken en beddengoed wassen op 60 graden en/of voorweken met Dettol/azijn.

Schimmels overleven een wasbeurt van 40 graden.