



SIND IHRE NÄGEL GESUND?

Wenn Sie nicht sicher sind, lesen Sie diese Informationsbroschüre und fragen Sie Ihren Haut- oder Hausarzt.

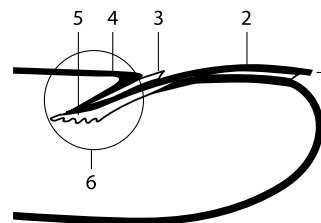
WARUM SIND NÄGEL WICHTIG?

Nägel erfüllen eine wichtige Funktion. Sie schützen die Zehen vor Verletzungen und vor dem Druck der Schuhe. Sie unterstützen ausserdem die Finger, wenn sie Dinge festhalten. Nicht zuletzt haben sie eine kosmetische Bedeutung. Nägel wachsen langsam. Sind sie einmal beschädigt oder krank, so dauert es zwischen einem halben und einem ganzen Jahr, bis die Verletzung herausgewachsen ist. Grund genug, dass wir zu unseren Nägeln Sorge tragen.

WIE WÄCHST EIN NAGEL?

Ein gesunder Nagel hat eine rosarote Färbung. Er wächst aus der Nageltasche und ist mit der darunter liegenden zarten Haut verwachsen, dem Nagelbett. In der Nageltasche liegt die Wurzel des Nagels, die Nagelmatrix. Hier entsteht der Nagel, indem sich laufend Hautzellen teilen. Nach der Zellteilung verhärten sich die Zellen und schieben die davor liegenden harten, sogenannte Hornzellen langsam nach vorne.

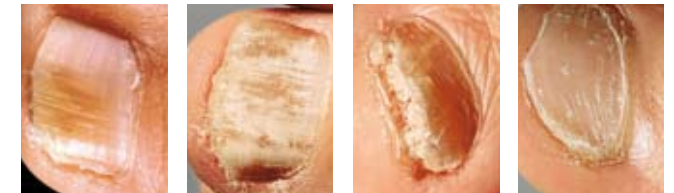
Schematischer Schnitt durch eine Fingerkuppe



1. Vorderer Nagelrand
2. Nagelplatte
3. Nagelhaut
4. Nagelwall
5. Nagelmatrix
6. Nageltasche

HABE ICH NAGELPILZ?

- Hat Ihr Nagel gelbliche, bräunliche oder weissliche Flecken?
- Hat sich die Nagelplatte verdickt, oder hat sie Rillen bekommen?
- Bröckelt der Nagel beim Nagelschneiden ab?



Dann zählen Sie wahrscheinlich zu den ca. 25 Prozent der Menschen in Europa, die von Nagelpilz betroffen sind. Nichts, wofür Sie sich schämen müssen. Sie haben sich einfach mit einer weit verbreiteten Krankheit angesteckt.

Suchen Sie **rechtzeitig einen Arzt auf**. Nur er kann mit Gewissheit feststellen, ob Sie Nagelpilz haben und eine geeignete Behandlung vorschlagen.

WAS IST DIE URSACHE FÜR NAGELPILZ?

Nagelpilz hat wenig mit mangelnder Hygiene zu tun, sondern er entsteht durch Übertragung. Die Fortpflanzungseinheiten (sogenannte Pilzsporen) kommen auf Böden und Teppichen vor und überleben dort während mehrerer Wochen. Auf die Haut übertragen, können sich Pilzsporen verbreiten und eine Infektion verursachen. Dabei können nicht nur Haut sondern auch Nägel befallen werden.



WARUM IST EINE BEHANDLUNG NÖTIG?

Pilzsporen haben sich zwischen Nagel und Nagelbett eingenistet. Das schmerzt zwar nicht, doch wenn Sie nichts dagegen unternehmen, breitet sich die Infektion aus. Sie zerstört den Nagel, im Extremfall sogar die Wachstumszone. Schliesslich löst sich der Nagel ab.

WER IST BESONDERS ANFÄLLIG FÜR NAGELPILZ?

Es gibt Faktoren, welche die Ansteckungsgefahr erhöhen, zum Beispiel wenn

- der Fuss oft feucht ist z.B. bei Sportlern oder bei häufigem Tragen von luftdichtem Schuhwerk
- der Nagel verletzt ist
- durch enges Schuhwerk
- ein mechanischer Druck entsteht
- man an Diabetes oder an einer anderen Stoffwechselkrankheit leidet
- Durchblutungsstörungen vorhanden sind
- das Immunsystem geschwächt ist
- eine familiäre Disposition vorliegt.

Nagelpilz ist kein kosmetisches, sondern ein **medizinisches Problem**. Betroffen sind besonders Sportler, Diabetiker und Senioren. Der Verlust eines Nagels ist unangenehm. Deshalb sollten Sie Nagelpilz rechtzeitig behandeln.

WARUM IST BEI NAGELPILZ EIN ARZTBESUCH WICHTIG?

Nicht alle Veränderungen am Nagel entstehen wegen einer Pilzinfektion. Es gibt auch andere Ursachen. Gewissheit erhalten Sie nur, wenn Sie sich ärztlich beraten lassen. Bei Nagelpilz ist eine medizinische Behandlung nötig. Der Arzt schabt ein wenig Nagelmaterial von der befallenen Stelle ab, untersucht die Probe und bestimmt daraufhin die Behandlungsart. Diese hängt auch davon ab, wie stark sich die Infektion ausgebreitet hat.

WELCHE BEHANDLUNGSMÖGLICHKEITEN GIBT ES?

- Ein medizinischer Nagellack hilft, solange der Nagel nur teilweise betroffen ist.
- Tabletten kommen zum Einsatz, wenn der Pilz in der Nagelmatrix sitzt und den neu wachsenden Nagel laufend befällt.
- In schweren Fällen oder wenn der seitliche Nagelrand befallen ist, hat sich eine Kombination von Lack und Tabletten bewährt.

Tragen Sie Sorge zu Ihren Nägeln.

- Es dauert bis zu einem Jahr, bis ein beschädigter Fussnagel nachgewachsen ist.

Was Sie bei Nagelpilz tun können.

- Gehen Sie bei Verdacht auf Nagelpilz zum Haut- oder Hausarzt.
- Sorgen Sie für trockene Füsse.
- Reinigen und pflegen Sie Ihre Füsse täglich.
- Verwenden Sie nur Baumwollsocken.
- Waschen Sie Socken und Handtücher bei mindestens 60° C.
- Desinfizieren Sie Ihre Schuhe mit einem speziellen Spray.
- Tragen Sie in gemeinsam benutzten Einrichtungen wie etwa Schwimmbäder oder Hotels Bade- bzw. Hausschuhe.

www.nagel-pilz.ch

