

Schimmel-/ kalknagels

Probleem

- Een schimmelinfectie van de nagel wordt in de volksmond ook wel een kalknagel genoemd. Het heeft echter niets met 'kalk' te maken.
- Zichtbaar is een geel/ bruine verkleuring van de nagelplaat die erg dik kan worden. De nagel brokkelt snel en kan loslaten.
- Een schimmelinfectie van de huid herken je aan rode, jeukende, met vocht gevulde blaasjes op de huid.
- Een schimmel voelt op zijn gemak op vochtige, warme plaatsen onder de nagel en op de huid. Schimmels laten sporen achter en kunnen zich hierdoor gemakkelijk verspreiden. Een schimmelinfectie is dan ook besmettelijk.
- Vooral bij een verminderde weerstand of risicovoeten (zoals bij suikerziekte) zal een schimmelinfectie eerder voorkomen.



Therapie

- Er zijn verschillende middelen in de handel (medicatie, nagellak, crème, tinctuur), echter hét wondermiddel bestaat niet en het resultaat is per persoon verschillend. Belangrijk om te realiseren is dat de schimmel zich niet alleen op huid en/of nagel bevindt, maar ook in sokken, schoenen, handdoek of doucheputje. Voor een goed resultaat zult u dus ook deze moeten behandelen met een schimmelwerend middel.
- Een pedicure kan dikke, brokkelige nagels netjes dun en gladder maken zodat u er geen last of pijn van heeft.

Tips & Trucs

- Was uw voeten niet te vaak met zeep.
- Droog uw voeten goed af, vooral tussen de tenen.
- Gebruik bij voorkeur katoenen of badstof sokken en wissel deze regelmatig.
- Draag slippers in gemeenschappelijke ruimtes waar veel mensen op blote voeten lopen zoals zwembad en sauna.