



**PROF. DR. MED. CURT DIEHM - INTERNIST - KARDIOLOGE - ANGIOLOGE - PHLEBOLOGE**  
**Chefarzt Innere Medizin - SRH Klinikum Karlsbad-Langensteinbach gGmbH**

Akademisches Lehrkrankenhaus der Universität Heidelberg,

76307 Karlsbad - Guttmannstr. 1

Telefon: +49 (0) 72 02 / 61 - 33 40 - Telefax: +49 (0) 72 02 / 61 - 61 67

Email: Curt.Diehm@kkl.srh.de

## Nagelpilz: häufig bei Durchblutungsstörungen

### Was Sie als Patient dagegen tun können

**Der Nagelpilz (med.: Onychomykose) ist zu einer Zivilisationskrankheit geworden.**

Leider handelt es sich dabei nicht nur um ein kosmetisches Problem. Nagelpilzkrankungen wurden lange Zeit als Bagatelle angesehen. Auch die Häufigkeit von Nagelpilzkrankungen wurde weit unterschätzt: Man geht heute davon aus, daß über zwei Millionen Bundesbürger an einer Nagelpilzinfektion leiden.

Als Ursachen spielen das Schuhwerk (z.B. enge Damenschuhe) und chronische Verletzungen des Nagels eine Rolle. Häufig liegen ursächlich Durchblutungsstörungen vor: Schaufensterkrankheit, chronische Abflussstörungen der Venen und typische Gefäßkomplikationen bei Diabetikern. Hohe Infektionsraten (30–60%) finden sich bei Soldaten, Schwimmsportlern, Beschäftigten von Chemiewerken und Schlachthöfen.

Meist tritt der Nagelpilz bei länger bestehendem Fußpilz (Fußmykose) auf. Jeder Dritte Patient beim Hausarzt hat einen Fußpilz!

Die Zehennägel sind häufiger erkrankt als die Fingernägel, vor allem bei Männern. Die Erreger sind sogenannte Dermatophyten.

#### Welche Behandlungsmöglichkeiten wendet der Arzt bei Ihnen an?

Die Behandlung eines Nagelpilzes ist schwierig und langwierig. Moderne Pilzmedikamente haben die Therapiemöglichkeiten deutlich verbessert.

Zur Lokaltherapie werden Salben, Lösungen und vor allem Nagellackpräparate (Amorolfin) eingesetzt. Auch nagelauflösende Chemikalien (Harnstoffpräparate und

Kaliumjodid) können hilfreich sein. Die Lokalbehandlung muß allerdings oft monatelang fortgesetzt werden.

Die Entfernung des Nagels wird heute nicht mehr als probate Behandlungsmethode angesehen (schmerzhaft und Verletzung der Nagelmatrix).

Immer häufiger werden heute längerfristig auch Medikamente in Tablettenform eingesetzt, z.B. Terbinafin oder Itrakonazol. Wenn man die Medikamente täglich einnimmt ist eine Behandlungsdauer von 6–12 Wochen (bei Zehennägeln manchmal noch länger) notwendig. Die systemische Behandlung des Nagelpilzes mit Tabletten kann und darf eine zusätzliche Lokaltherapie nicht ersetzen.

#### Was müssen Sie als Patient beachten?

- Gesunde Füße und Hygiene sind der beste Schutz vor Nagelpilzinfektionen. Denn wenn sich erst einmal Pilze unter den Nägeln festgesetzt haben, erfordert die Behandlung viel Geduld.
- Je früher behandelt wird, desto besser sind die Heilungschancen. Spontanheilungen gibt es nicht.
- Stellen Sie sich in jedem Fall bei einem Hautarzt vor.
- Tragen Sie nie wieder ungeeignete einengende Schuhe. Lederschuhe sollten täglich gewechselt werden. Eventuelle Behandlung des Innenschuhs mit desinfizierendem und pilzabtötendem Spray nach dem Tragen.
- Täglich frische Baumwollstrümpfe tragen (Waschen bei 60°C, Vollwaschmittel).



- Das Tragen von Badeschuhen in Schwimmbad und Sauna reduziert die Gefahr der Infektion.
- Gummistiefel und Sportschuhe sind besonders ungeeignet (feuchtwarmes Milieu begünstigt Pilzinfektionen).
- Benachbarte Fußpilzkrankungen müssen konsequent mitbehandelt werden.
- Verhindern Sie jeglichen Druck auf die Nägel.
- Empfehlenswert sind tägliche Fußbäder. Anschließend gründliches Abtrocknen, besonders der Zehenzwischenräume (tägliches Wechseln des Badetuches empfohlen).
- Barfußgehen (wo kein Infektionsrisiko besteht!) ist empfehlenswert.
- Hüten Sie sich vor Gemeinschaftsduschen
- Wichtig ist eine regelmäßige Nagelpflege:
  - An den Ecken nicht zu weit zurückschneiden.
  - Scharfe Ecken des Nagels sollen abgerundet werden.
  - Beim Schneiden soll eine Verletzung des Nagelwalls verhindert werden.
  - Im Zweifelsfall immer einen Fußpfleger hinzuziehen.
- Achten Sie darauf, daß Sie die Nägel konsequent trocken halten.