



„Zeigt her eure Füßchen...“ - Nagelpilz erkennen und nachhaltig behandeln

Endlich zeigt sich die Sonne häufiger und mit dem Sommer kommt auch die Zeit für offene Sandalen. Doch häufig sind die Füße nicht so schön anzusehen, wie man es gerne hätte: Feuchte Wärme in geschlossenen Winterschuhen kann die Entwicklung von Fuß- oder gar Nagelpilz zur Folge haben. Tipps, wie Sie Nagelpilz erkennen und nachhaltig behandeln, gibt Julia Bang von der Landesapothekerkammer Brandenburg. Auf dass Sie Ihre „Füßchen“ wieder gerne zeigen!

1) Auf die Diagnose kommt es an

Mit Fußpilz haben zahlreiche Patienten zu kämpfen, doch dieser lässt sich vergleichsweise schneller und einfach selbst behandeln. „Nagelpilz ist etwas tückischer: Er kann nur oberflächlich vorhanden sein oder aber in tiefere Nagelschichten eindringen. Eine genaue Diagnose des Arztes ist erforderlich, um die entsprechende wirksame Behandlung auszuwählen“, so Julia Bang.

2) Ursachen kennen, gezielt handeln

Wie der Name schon sagt, sind Pilze – in der Regel Fadenpilze – für die Erkrankung ursächlich. Häufig geht ihr außerdem eine Fußpilzerkrankung voraus. Die Zehen – und seltener auch Finger – sind betroffen, weil die Pilze auf das Keratin aus sind, das sich in Haut, Haaren und Nägeln befindet. Eine Untersuchung des betroffenen Nagels gibt Aufschluss über die Art des Pilzes und welche Bereiche bereits befallen sind.

3) Symptome rechtzeitig erkennen

Ein Nagelpilzbefall geht häufig von einer kleinen Stelle aus und ist zunächst unscheinbar. Mit der Zeit verändert sich jedoch die Struktur des Nagels: „Durch die Auflösung des Keratins entstehen luftgefüllte Hohlräume, die charakteristische weiße Streifen oder Flecken bilden. Der betroffene Bereich verdickt und verfärbt sich weißlich bis gelb-braun“, so der Hinweis der Apothekerin.

4) Nachhaltige Behandlung braucht Zeit

Die Behandlung erfolgt mit Antimykotika. Die Wirkstoffe darin hemmen das Wachstum der Pilze und töten sie ab. Das dauert je nach Art des Befalls eine gewisse Zeit, manchmal bis zu einem Jahr. „Oberflächlich kann mit Salben oder speziellen Nagellacken behandelt werden. Bei tiefer liegenden Schichten helfen Tabletten, die über den Blutkreislauf wirken. Die richtige Anwendung sowie Behandlungsdauer erklärt der Apotheker gerne“, so Julia Bang.

5) Ansteckung und Ausbreitung vermeiden

Begünstigt wird Nagelpilz durch Feuchtigkeit und Wärme, die zum Beispiel durch zu enge Schuhe oder nicht atmungsaktive Materialien entstehen. „Verletzungen, etwa durch Stoßen der Zehen, begünstigen ebenfalls das Eindringen des Pilzes in den Nagel“, erklärt Julia Bang. „Um eine Ansteckung zu vermeiden, sollten gemeinsam genutzte Schneidewerkzeuge wie Nagelscheren unbedingt desinfiziert werden“, rät die Apothekerin.

Die Landesapothekerkammer Brandenburg ist eine Körperschaft des öffentlichen Rechts mit Sitz in Potsdam. Sie vertritt die beruflichen Interessen der Apotheker. Mitglied der Landesapothekerkammer sind alle Apotheker, die im Land Brandenburg ihren Beruf ausüben oder – falls sie ihren Beruf nicht ausüben – ihren gewöhnlichen Aufenthalt haben. Die Landesapothekerkammer hat derzeit 1.700 Mitglieder. Im Land Brandenburg gibt es 590 Apotheken (inklusive 13 Krankenhausapotheken).

