

Jos en Janneke (huisartsen)

(medische) informatie en andere zaken ...



Onychomycose!?

Iets waar niemand op zit te wachten. Zeker niet nu de temperatuur oploopt en de voeten weer in slippers of sandaaltjes gestoken kunnen worden. Waar heeft ze het in hemelsnaam over zullen jullie denken? Onychos = nagel, mycose = schimmel. De schimmelnagel dus, ook wel 'kalknagel' genoemd. Een hele vervelende en vooral ontsierende, maar volstrekt onschuldige kwaal. Een groot gedeelte van de bevolking heeft er last van.

Schimmels zitten bij iedereen op de huid en onder de nagelranden. Pas als de schimmel de huid of nagels binnendringt en zich uitbreidt ontstaat er een infectie. Vocht en warmte geven de schimmels de kans zich in de huid of nagels te nestelen. Ook nagels die door bijvoorbeeld sporten of knellende schoenen beschadigd zijn raken sneller geïnfecteerd. Meestal zijn de nagels van de voeten aangedaan, met name de nagel van de grote teen. Vingernagels worden gelukkig zelden aangetast door de schimmel. De nagel krijgt een wit-geel, groen of bruine verkleuring. De nagel wordt dik en brokkelig en soms laat hij in zijn geheel of gedeeltelijk los. Ouderen, mensen met een verminderde weerstand en mensen met suikerziekte hebben een groter risico om schimmelnagels te krijgen.

De schimmels die de schimmelnagel veroorzaken zijn besmettelijk. Je kan ze krijgen door huidschilfers van andere mensen of dieren. Of ze ook daadwerkelijk een infectie veroorzaken hangt af van je weerstand. Helaas is ook bij mij deze schimmel mijn nagels binnengedrongen. En ook al pas ik alle hygiëne adviezen toe (de voeten na het wassen goed naspoelen met water, de voeten goed drogen, elke dag schone katoenen sokken aan) toch kom ik er nooit helemaal

vanaf. Nu heb ik het geluk dat ik een vrouw ben en mijn nagels in een mooi knalkleurtje kan lakken. Want ook ik vind mijn dikkere, geel gekleurde nagels alles behalve mooi. Toch hou ik het bij een roze of rode lakje en kies ik niet voor behandeling van mijn nagels.



Alle zalven en lakjes die te koop zijn bij de drogist helpen helaas niet bij schimmelnagels. Alleen als de schimmelnagels heel veel pijnklachten geven valt behandeling met anti-schimmelpillen te overwegen. Hier zitten alleen veel meer nadelen als voordelen aan, wat de reden is dat Jos en ik, net als vele andere huisartsen in Nederland, heel terughoudend zijn met het voorschrijven van deze medicijnen. De medicijnen moeten minimaal 3 maanden, en vaak zelfs 6 maanden geslikt worden. En dan nog werken deze pillen bij 25-30% van de mensen niet. En als de schimmelnagel wel geneest, is de kans

groot dat hij toch weer terugkomt. Daarnaast kunnen de anti-schimmel pillen de werking van een aantal andere medicijnen versterken (zoals bij antidepressiva, bloedverdieners en enkele medicatie voor het hart) wat gevaarlijk kan zijn. Ook is er een kleine kans op leverproblemen, zoals geelzucht. Dit is de reden dat bij iedereen na een paar weken gebruik de leverwaardes getest moeten worden. En dan is er nog een hele kleine kans dat je (tijdelijk) je smaak verliest.

Dus mijn advies is jezelf te trakteren op een nieuwe kleur nagellak en eventueel een bezoekje aan de pedicure om je nagel weer mooi glad te laten vijlen in plaats van een bezoekje aan de dokter. Overweeg je na het lezen van dit stukje toch een behandeling van je schimmelnagels, of twijfel je of de afwijking aan jouw nagels wel een schimmel is, ben je natuurlijk altijd welkom op het (inloop)spreekuur. En schimmels van de huid zoals voetschimmel (zwemmerseczeem) of ringworm zijn wél goed te behandelen met zalven of een kortdurende kuur.

Met dank aan thuisarts.nl.

Groetjes Janneke

