

*Serie*  
TEIL 8: NAGELPILZ

# HAUTWISSEN

Tagtäglich arbeiten Sie mit der Haut Ihrer Kundinnen und Kunden: Sie unterstützen diese bei der Lösung von Hautproblemen und verhelfen ihnen zu ihrer Traumhaut. In dieser Serie wollen wir sie daher noch einmal von Grund auf unter die Lupe nehmen: Hautarzt Dr. med. univ. Stefan Teske erklärt Ihnen in jeder Ausgabe verschiedene Aspekte unseres grössten Organs.

**S**ommer, Sonne, Sandalen: In den warmen Sommermonaten zeigen wir gerne unsere Füsse und Nägel. Leiden Ihre Kundinnen und Kunden aber unter Nagelpilz, kann es zu einer optischen Belastung und zu gesundheitlichen Einschränkungen kommen. Geben Sie Ihren Kundinnen und Kunden daher hilfreiche Tipps, um der hartnäckigen Infektion vorzubeugen.

### NAGELPILZ ERKENNEN

- **Verdickung:** Der infizierte Nagel kann dicker werden.
- **Verfärbung:** Die Farbe des Nagels kann sich gelblich, bräunlich, gräulich oder weisslich verfärben. Es kann auch vorkommen, dass er dunkle Flecken oder Streifen bildet und stumpf sowie glanzlos wird.
- **Verformung:** Der Nagel kann sich uneben anfühlen, unregelmässig wachsen oder sich vom Nagelbett ablösen.
- **Brüchigkeit:** Weitere Symptome können das Abbrechen, Splintern oder Abblättern sein.

#### SO GEHT ES WEITER !

Teil 8 zum Thema „Vitiligo“ folgt in der kommenden Ausgabe.

#### BEREITS ERSCHIENEN

Diese Teile sind bisher erschienen und exklusiv für unsere Online-Abonnenten nachlesbar unter: [www.beauty-forum.ch](http://www.beauty-forum.ch)

Sonnenschutz	6/2023
Hautkrebs	5/2023
Akne	4/2023
Psyche	2+3/2023
Ernährung	1/2023
Kälte	12/2022
Pigmentflecken	11/2022

- **Begleitsymptome:** Eine Nagelpilzinfektion kann auch Juckreiz und Schmerzen hervorrufen.

### SCHWARZER UND WEISSER NAGELPILZ

Es wird zwischen dem schwarzen und weissen Nagelpilz als speziellen Formen der Nagelpilzinfektion unterschieden.

Beim weissen Nagelpilz sind kleine, kreideweisse oder gelblich-weiße Flecken auf der Nageloberfläche sichtbar. Diese Flecken können sich ausbreiten und den gesamten Nagel betreffen. Dieser wird in der Regel durch dermatopathische Pilze verursacht. Seltener ist hingegen der schwarze Nagelpilz. Dabei erscheint der Nagel dunkel oder schwarz, da der Pilz Pigmente produziert. Der schwarze Nagelpilz kann durch verschiedene Pilzarten wie Schimmelpilze oder auch Hefepilze verursacht werden.

### FACHMEINUNG EINHOLEN

Bei Verdacht auf Nagelpilz raten Sie Ihren Kundinnen und Kunden, dass sie für eine Diagnose und Behandlung eine Hautärztin oder einen Hautarzt aufsuchen, denn der Nagelpilz erfordert eine medizinische Behandlung durch eine systemische Therapie in Form von Tabletten zur oralen Einnahme oder topisch angewendete Substanzen wie Nagellacke, Cremes, Salben, Lösungen und Sprays, die direkt auf die betroffene Stelle aufgetragen werden.

Bleibt der Nagelpilz unbehandelt oder wird er falsch behandelt, kann er sich rasch ausbreiten. Hausmittel wie Teebaumöl, Apfelessig oder Natron können zwar zur Linderung der Symptome beitragen, reichen aber nicht aus, um den Pilz nachhaltig zu bekämpfen.

### HYGIENEEMPFEHLUNGEN

Neben den üblichen Hygienestandards in Fusspflegeinstituten und Nagelstudios rate ich Ihnen dazu, Einwegartikel zu verwenden, wodurch das Risiko einer Kreuzkontamination minimiert wird.

### 4 TIPPS, UM NAGELPILZ VORZUBEUGEN

1. **Nagelpflege:** Empfehlenswert sind kurze Nägel und das Vermeiden von Fingernägeln kauen, damit es nicht zur Verletzung des Nagelbetts und der Haut kommt.
2. **Verwendung eigener Nagelutensilien Zuhause:** Vermeiden Sie es, Ihre Nagelfeile, Nagelschere usw. mit anderen zu teilen, denn der Nagelpilz ist ansteckend.
3. **Nagellackpausen:** Lassen Sie die Nägel immer wieder ein paar Tage nagellackfrei „atmen“, um Feuchtigkeitseinlagerungen zu vermeiden.
4. **Professionelle Nagelstudios:** Raten Sie, ein Nagelstudio zu besuchen, das Hygienestandards einhält. Insbesondere im Urlaub im Ausland sollte darauf geachtet werden, dass die Instrumente desinfiziert und Handschuhe getragen werden.



*Dr. med. univ. Stefan Teske*

Der Autor ist Dermatologe mit eigener Praxis in Zürich und am Spital Lachen. Zu seiner Expertise gehören das chirurgische Entfernen des Hautkrebses, die anschließende funktionelle und kosmetische Defektdeckung sowie plastisch-chirurgische Verfahren. [www.hautarzt-teske.ch](http://www.hautarzt-teske.ch)