

## Nagelpilz

Hier erfährst du alles zum Thema Nagelpilz. Was sind erste Anzeichen? Was sind mögliche Ursachen für Nagelpilz? Wie kann man Nagelpilz vorbeugen und vieles mehr...

### Nagelpilz: Was tun? Die besten Tipps zur Behandlung und Prävention

Hattest du schon mal eine Nagelpilzerkrankung – egal ob an den Finger- oder an den Fußnägeln? Dann weißt du, wie hartnäckig die Infektion sein kann ...

[WEITERLESEN](#)

### Effektives Mittel gegen Nagelpilz: N1 Nagelpilz Lösung

Hast du einen Nagelpilz, möchtest du am liebsten, dass er schnell wieder verschwindet. Pustekuchen! Da wirst du enttäuscht. Denn Nagelpilz ist hartnäckig ...

[WEITERLESEN](#)

### Nagelpilz schnell und effektiv behandeln

Wenn sich dein Nagel weiß, gelb oder bräunlich verfärbt, der einst so zarte Nagel an deiner Hand oder deinem Fuß plötzlich dick, wulstig und brüchig wird, kann es sich um eine Nagelpilzinfektion ...

[WEITERLESEN](#)

### Nagelpilz vorbeugen - die besten Tipps zur Prävention

Nagelpilz (von onycho = Nagel und Mykose = Pilzerkrankung) ist immer eine unschöne Angelegenheit. Meist ist er eine Folge von unbehandeltem Fußpilz und kann sich ohne beharrliche Therapie ...

[WEITERLESEN](#)

### Mittel gegen Nagelpilz mit Pflege-Effekt: N1 Nagelpilz Lösung

Nagelpilz ist eine hartnäckige Angelegenheit – ganz besonders an den Zehen. Leicht können auch gleich mehrere Nägel infiziert sein. Sei es an den Händen oder an den Füßen – oder sogar an den Händen und Füßen. Die Nägel an deinen Füßen sind generell härter als Fingernägel. Da bei vielen die Fußnägel von Pilzreger betroffen sind, wird hierfür meist auch das passende Mittel gegen Nagelpilz gesucht. Was aber, wenn auch die Fingernägel einen Nagelpilz aufweisen und du zur Behandlung einen pilzabtötenden Allrounder voller Wirksamkeit brauchst?



# Nagelpilz



## Nagelpilz: Was tun? Die besten Tipps zur Behandlung und Prävention

Hattest du schon mal eine Nagelpilzerkrankung – egal ob an den Finger- oder an den Fußnägeln? Dann weißt du, wie hartnäckig die Infektion sein kann.

Nagelpilz, medizinisch Onychomykose oder Nagelmykose genannt, ist eine Infektionserkrankung, die an den Nägeln der Finger und Füße auftreten kann. Sie entwickelt sich meist als Folge einer Ansteckung mit Fadenpilzen, den sogenannten Dermatophyten. Die Erreger gehören in den meisten Fällen zur Pilzfamilie *Trichophyton rubrum*, die von Mensch zu Mensch übertragen werden und sich in einer warm-feuchten Umgebung besonders wohlfühlen.

Damit du Nagelpilz effektiv behandeln kannst und er nicht so schnell erneut auftritt, geben wir dir hier einen passenden Überblick und verraten dir die besten Tipps zur Behandlung sowie zur Vorbeugung von Nagelpilz.

### Erste Anzeichen: Wie erkenne ich Nagelpilz?

Wenn sich dein Nagel weiß, gelb oder bräunlich verfärbt, deine einst so zarte Nagelfläche plötzlich dick, wulstig und brüchig wird, kann es sich um eine Nagelpilzinfektion handeln.

Die sogenannte Onychomykose (Onycho = Nagel, Mykose = Pilzerkrankung) gehört zu den besonders hartnäckigen und langwierigen Krankheiten, die Geduld abfordert und die du mit bloßen Auge am Anfang oftmals gar nicht erkennen kannst.

Und da sind wir schon beim heimtückischen Verhalten des Pilzes: Nagelpilz vorbeugen ist schwierig, denn die Pilze sind vorerst unsichtbar. Der Erreger verursacht auch keine Schmerzen und hat keinen spürbar negativen Einfluss auf deine Gesundheit.

Zumindest nicht am Anfang! Denn im Verlauf kann er auch zu Fußpilz führen, bis in die Leiste kriechen oder auch weitere Körperstellen befallen, sich dort einnisten und ausbreiten.

Nagelpilz erkennen sowie Fuß- und Nagelpilz vorbeugen ist damit gar nicht so einfach!

### Symptome der Fadenpilze

Das kann sich aber schlagartig ändern, wenn der Nagelpilz sein wahres Gesicht zeigt.

Oft beginnt der optische Pilzbefall am vorderen Nagelrand, wenn es sich um Fadenpilze der Haut, die sogenannten Dermatophyten, handelt. Eine Infektion des Nagels wird meist allen voran von der Art *Trichophyton rubrum* hervorgerufen. Etwa 82 Prozent aller Nagelpilz Infektionen gelten als Auslöser dieses Ursprungspilzes.

Vom freien Nagelrand breiten sich die Dermatophyten über die gesamte Nagelplatte aus und verändern die Struktur deiner Nagelsubstanz.

### Symptome der Hefe- und Schimmelpilze

Sind dagegen Hefe- oder Schimmelpilze für die Infektion verantwortlich, was eher selten ist und primär an den Fingernägeln vorkommt, zeigt sich die besagte Verfärbung vor allem am Nagelwall – sprich dort, wo dein Nagel aus der Haut herauswächst.

Hier sind die Nägel von Daumen und Zeigefinger am häufigsten von Nagelpilz betroffen.

## Keratin als Hauptnahrungsquelle für den Nagelpilz

Egal welcher Pilz sein Unwesen treibt, er mag dein Keratin. Im Laufe der Evolution hat er sich als Parasit darauf fokussiert sich vom Keratin unserer Haut und unserer Nägel zu ernähren.

Die harte Hornsubstanz des Nagels wird dabei nach und nach aufgelöst, da sich der Pilz von den faserbildenden Strukturproteinen deiner Nagelsubstanz sowie Kohlenhydraten ernährt.

Auf diese Weise bilden sich luftgefüllte Hohlräume, die du dann im Krankheitsverlauf als weiße Streifen oder Flecken auf der Nageloberfläche siehst.

## So lässt sich Nagelpilz erkennen

Vielleicht denkst du zu diesem Zeitpunkt noch, dass du dich vielleicht nur mit deinem sensiblen Nagel irgendwo gestossen hast und er deswegen andersartig aussieht.

Leider wird das ein Irrglaube sein: Sobald sich der poröse Bereich des Nagels verdickt, verfärbt er sich schließlich noch weißer, wird gelb, bräunlich, glanzlos und trüb.

Und voila und schon ist der Nagelpilz auch für den letzten Zweifler unter uns sichtbar.

Im weiteren Verlauf der Pilzinfektion werden die Nägel rau und brüchig.

Ein anderes Problem, welches ab und zu auftritt: Es kann zu einer Nagelentzündung kommen, da möglicherweise Bakterien in die Risse des zerstörten Nagels eindringen.

Hast du so richtig Pech, kann sich sogar die Nagelplatte lockern und dein Nagel kann sich im schlimmsten Fall vom Nagelbett lösen. Ab diesem Zeitpunkt sind Schmerzen beim Tragen von Schuhen dann vorprogrammiert.

Ist die Nagelwurzel – also der Teil des Nagels, der die Zellen beherbergt, die das Keratin bilden – ebenfalls vom Nagelpilz befallen, infiziert sich der neu gebildete Nagel sofort wieder mit dem hartnäckigen Pilz und der Teufelskreis beginnt von Vorne.

## Kurz und knapp: Typische Symptome einer Nagelpilzerkrankung

Zusammenfassend lässt sich feststellen, dass folgende Symptome an Händen und Füßen typisch für eine Nagelpilz Infektion sind:

- Weiße Streifen oder Flecken auf dem Nagel
- Weißliche bis gelb-bräunliche Verfärbungen und Trübung des Nagels
- Brüchiger Nagel
- Absplitterung einzelner Nagelschichten
- Verdickung der Nagelplatte
- Entzündetes Nagelbett

Kannst du bei dir eines der genannten Symptome feststellen?

Dann wird es Zeit für Medikamente, wie einem Antipilz-Lack oder Tabletten.

Denn ignorierst du den Nagelpilz einfach, kann der Pilz den betroffenen Nagel komplett zerstören und sogar benachbarte Nägel befallen.

Das lässt nicht nur die Attraktivität deiner Finger- oder Fußnägel sinken, sondern kann auch zu starken Schmerzen führen, so dass du kaum noch laufen kannst.

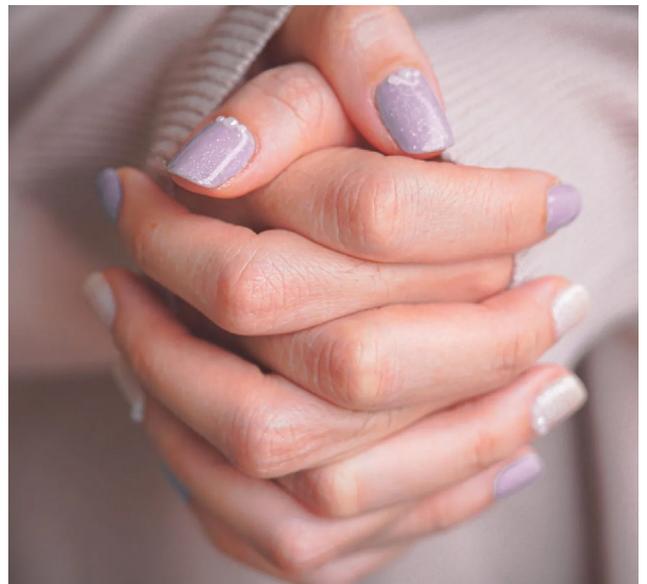
## Hier fühlt sich der Nagelpilz wohl

Apropos Laufen: Barfußlaufen ist zwar gesund und jeder Arzt, insbesondere der Orthopäde, freut sich, wenn deine nackten Fußsohlen über den Boden abrollen, aber sprichst du mit Ärzt:innen, ist dieses die Hauptursache für Pilzinfektionen am Fuß.

Pilzerreger mögen nämlich keine Helligkeit. Sie fühlen sich in geschützten Lebensräumen wohl, wo es feucht, warm, dunkel und eben kuschelig ist. Diese bevorzugten Aufenthaltsorte erklären, warum Nagelpilz vor allem die Fuß- und weniger die Fingernägel betrifft.

Jetzt fragst du dich vielleicht, wo du dich mit deinem betroffenen Fußnagel angesteckt haben könntest: Gehst du regelmäßig ins Schwimmbad, duschst im Fitnessstudio, schwitzt in deinen Sneakers oder vergisst auch mal deine Socken nach dem Sport zu wechseln?

Alles Tummelplätze für Pilze, denkt jetzt der Arzt oder Apotheker, die dir zum Glück bei Problemen mit Nagelpilz helfen können.



## ...und jetzt zum Arzt!

Sofern du Pilzinfektionen frühzeitig erkennst, kannst du die Behandlung mit geeignetem Antipilz Nagellack oder ähnlichen Medikamenten auch selbstständig zu Hause durchführen.

Allerdings ist es bei dieser Art von Infektion wichtig einen Hausarzt oder einen Dermatologen zu Rate zu ziehen, wenn

- mehr als die Hälfte des Nagels infiziert ist.
- mehr als zwei Nägel an Händen und Füßen vom Pilz befallen sind.
- du Schmerzen verspürst und es wöchentlich schlimmer wird.

## ...und jetzt das Gespräch!

Mit deinem Arzt kannst du jeglichen Inhalt zu deinen Symptome, Krankheiten und Lebensumständen, die für die Nagelpilz Diagnose relevant sein können, zusammen erörtern. Hier wird dir der Experte einige Fragen stellen.

Dazu gehört beispielsweise, wann du das erste Mal gemerkt hast, dass dein Nagel anders aussieht und ob du in letzter Zeit auch an anderen Körperstellen einen Pilz hattest.

## ...und jetzt die Untersuchung der Nägel!

Nach diesem ersten Gespräch folgt die genaue Untersuchung. Hierfür wird sich der Arzt den betroffenen Nagel und das umliegende Gewebe genau ansehen. Eine verdickte, verfärbte Nagelplatte, ist für den Mediziner oft ein deutlicher Hinweis auf einen Nagelpilz.

Damit der Arzt prüfen kann, welche Arzneimittel zur Nagelpilzbehandlung am sinnvollsten sind, wird eine Nagelprobe entnommen.

Das klingt schlimmer als es ist: Der Arzt desinfiziert lediglich den betroffenen Bereich des Nagels und schabt vorsichtig ein wenig Hornschicht ab.

Im Labor wird dann die Nagelspäne untersucht, um herauszufinden, um welchen Erregertyp es sich genau handelt, wie stark die Nagelplatte angegriffen ist und in welchem Stadium die erkrankten Nägel und die Haut drumherum sich befinden.

Erst dann können passende Therapien und Medikamente verordnet werden.

## Mögliche Ursachen: Woher kommt der Nagelpilz?

Wie bereits kurz erwähnt, können Pilzerreger überall lauern und die Nägel an Händen oder Füßen befallen.

Der häufigste Übertragungsweg ist von Mensch zu Mensch. Denn wir verlieren täglich tausende von Hautschuppen. So verteilen wir beim Barfußlaufen – ganz unbewusst – die Erreger an denen sich andere Personen anstecken können.

Der Nagelpilz gelangt dann durch Pilzsporen auf die Haut – winzig kleine Partikel, die sehr lange in feucht-warmer Umgebung überleben können und deren Ziel es ist, sich möglichst großflächig zu verbreiten.

Ebenfalls ist die Übertragung als Schmierinfektion möglich: Sprich du berührst einen infizierten Gegenstand und der Pilz wandert von dort auf deinen Körper.

Nachfolgend eine detaillierte Übersicht, welche Ursachen es für Fußnagel- und Fingernagelpilz gibt.



### Mögliche Gründe für Fußnagelpilz

#### Pilzsporen

Die Verbreitung und Vermehrung der Pilzsporen funktioniert an den Füßen besonders gut. Hauptursache des Nagelpilzes ist das Barfußlaufen in öffentlichen Schwimmbädern, Duschen, Saunen, Turnhallen und Sportumkleiden.

Die Pilzsporen lauern ebenfalls auf Gegenständen. In diesem Fall spricht man von einer Schmierinfektion. Hat eine infizierte Person zum Beispiel ein Handtuch zum Abtrocknen der Füße verwendet, das eine andere Person kurze Zeit später mit der Hand berührt, kann auch so eine Übertragung der Onychomykose stattfinden. Aber nicht nur infizierte Handtücher dienen als Ursache, auch Badematten, Teppiche, Decken, Socken und Nagelscheren sowie -feilen gehören dazu.

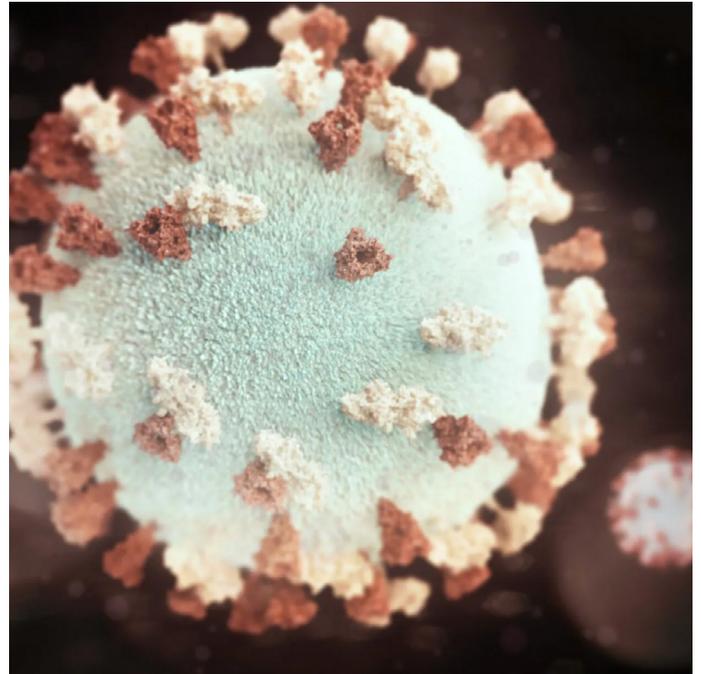
Möglich ist auch, dass ein infiziertes Familienmitglied die Mitmenschen im Haushalt ansteckt, indem man ohne vom Pilzbefall wissend barfuß durch die Räume läuft oder dieselben Utensilien zur Nagelpflege benutzt.

## Fußpilzinfektion

Des Weiteren gehört zu den Gründen einer Infektion auch Fußpilz. Wieso? Ein Fußnagelpilz und eine Fußpilzkrankung haben die gleichen Erreger und begünstigen sich deswegen gegenseitig. Ärzte stellen dabei vermehrt fest – gerade bei älteren Menschen – dass sich Nagelpilz an den Füßen oft als Folge einer Fußpilzinfektion entwickelt. Hintergrund hierfür ist, dass ältere Personen beispielsweise ihre Zehenzwischenräume nicht mehr richtig nach dem Duschen oder Baden abtrocknen. So bleibt eine Restfeuchtigkeit an der Haut – der perfekte Nährboden für Pilze aller Art.

Ein Pilz am Fuß sollte deswegen immer schnellstmöglich behandelt werden. Klappt das nicht rechtzeitig, leiden viele Betroffene an beiden Infektionen gleichzeitig.

Wie du nun Nagelpilz behandeln und effektiv gegen den Fußpilz vorgehen kannst, wird dir dein Arzt mit der passend abgestimmten Therapie für beide Probleme erklären.



## Mögliche Gründe für Fingernagelpilz

Auch wenn die großen Zehen meistens eine Nagelpilzbehandlung benötigen, so können auch die Fingernägel betroffen sein. Fingernagelpilz ist ein kosmetisches wie auch medizinisches Problem: Hände sieht man rund um die Uhr. Des Weiteren lassen sich die Hände nicht so einfach wie die Füße verstecken.

### Tragen von Gummihandschuhen

Hier wächst die Ansteckungsgefahr, wenn du oft Gummihandschuhe trägst. Das dort vorherrschende feucht-warme Klima ist ein perfekter Nährboden für Pilze.

Weist deine Nagelhaut zusätzlich kleine Verletzungen auf, haben Fadenpilze leichtes Spiel.

### Künstliche Nägel

Des Weiteren können Personen mit künstlichen Nägeln eher an einem Nagelpilz erkranken. Der Grund hierfür ist simpel: Im Klebstoff der Gelnägel können winzige Bläschen entstehen, in denen sich der Erreger aufgrund der Wärme und der sauerstoffarmen Umgebungsluft schnell vermehren kann. Da die natürliche Nagelplatte so von den künstlichen Nägeln überklebt wird, bekommt die Nagelplatte sinnbildlich keine Luft mehr zum Atmen. Das schwächt und verdünnt die Fingernägel, so dass sie anfälliger für Nagelpilz werden.

Übrigens: Je länger die Nagelmodellage getragen wird, desto höher ist die Wahrscheinlichkeit, dass sich die Infektion ausbreitet.

### Nagellackentferner mit Aceton

Aber auch Personen, die gerne ihre natürlichen Nägel mit verschiedenen Nagellacken lackieren, haben ein erhöhtes Risiko für Nagelpilz an den Fingernägeln. Grund ist hier acetonhaltiger Nagellackentferner. Dieser schädigt die Nagelstruktur, so dass Pilze leichter eindringen können.

## Wie lange ist mein Nagel ansteckend?

Bis der Nagelpilz komplett abgeheilt ist, was leider viele Monate dauern kann, ist Vorsicht geboten. Gerade bei den soeben erwähnten Risikogruppen solltest du jeden direkten Kontakt, aber auch den indirekten über infizierte Gegenstände vermeiden.

In der Regel geht man davon aus, dass ein Nagelpilz an den Fingern bis zur vollständigen Ausheilung 2 bis maximal 6 Monate und an den Füßen rund 6 bis 12 Monate dauern kann.

Die Behandlungsdauer hängt aber davon ab, wie schnell dein Nagel wächst.

Passende Hygienemaßnahmen in dieser Zeit zu treffen ist so wie so das A und O für deine Gesundheit und die deiner Mitmenschen.

Schnell und einfach lassen sich zum Beispiel gemeinsam benutzte Gegenstände mit einem pilztötenden Spray desinfizieren, um eine Ausbreitung der Pilzinfektion zu unterbinden bis du nicht mehr ansteckend bist.

## Welche Menschen sind besonders anfällig für Nagelpilz?

Ein erhöhtes Nagelpilz-Risiko gilt für alle Personen, deren Hände und/oder Füße schlechter durchblutet sind: Hierzu zählen Diabetiker, Raucher und ältere Menschen.

Auch Personen mit einem schwachen Immunsystem, Menschen mit Schuppenflechte und Krebspatienten gehören zu der Risikogruppe, da sich das Abwehrsystem des Körpers nicht so leicht gegen Erreger von Außen wehren kann.

Ebenfalls Sportler:innen gehören zum gefährdeten Personenkreis. Zum einen kommen sie öfter mit anderen – potenziellen Pilzüberträgern – in Kontakt: Sei es in Gemeinschaftsduschen oder Umkleidekabinen als auch beim Tragen von Sportschuhen. Da Sportler:innen vermehrt schwitzen, haben die Pilze durch die erhöhte



## Behandlungsmethoden: Wie werde ich Nagelpilz wieder los?

Um das Ansteckungsrisiko so schnell wie möglich zu minimieren, ist Geduld und schnelles Handeln gefragt. Ganz nach dem Motto „Gut Ding will Weile haben“ muss jegliche Nagelpilz-Therapie am besten sofort und konsequent angewendet werden. Wie das tägliche Zähneputzen sollte eine Behandlung des Nagelpilzes ab der ersten Diagnostik umgehend in den Alltag integriert werden – ohne Ausreden.

## Antimykotika hemmen Pilzwachstum

Gegen Pilzinfektionen gibt es die sogenannten Antimykotika. Das sind Mittel mit Wirkstoffen, die das Wachstum der Pilze hemmen. Hierzu zählen zum Beispiel Nagellacke, aber auch verschreibungspflichtige Tabletten. Auch können Hausmittel zur Behandlung unterstützend als Therapie sein, wenn der Nagelpilz noch nicht zu weit fortgeschritten ist.

Doch zu welchem Zeitpunkt ist welche Behandlungsmethode die richtige? Hier kann dir ein Arzt oder Apotheker helfen – je nachdem wie stark dein Nagel vom Erreger betroffen ist.

Sollte aber zum Beispiel mehr als die Hälfte deines Nagels infiziert sein, gleich mehrere Nägel Veränderungen aufweisen oder du Schmerzen verspürst, ist eine professionelle Behandlung unumgänglich.

Sind lediglich die oberflächlichen Nagelschichten und nur ein kleiner Teil des Nagels befallen, kann die Infektion äußerlich mit Nagellacken, welche Antimykotika enthalten, behandelt werden. Zusätzlich kann die Therapie mit Hausmitteln begleitet werden.

Sind die Pilze jedoch bereits tiefer in die Nagelstruktur eingedrungen, so dass der nachwachsende Nagel immer wieder neu infiziert wird, ist eine innerliche Behandlung mit Tabletten empfehlenswert. Der pilztötende Wirkstoff erreicht dann über die Blutbahn die Nägel und bekämpft diese von Innen.



## Nagelpilz äußerlich behandeln mit Nagellack

Ein beliebtes Mittel für die pilzbefallenen Nägel sind farblose Nagellacke mit pilzabtötenden Wirkstoffen. Sie sind nicht nur einfach anzuwenden, sondern zeigen auch eine effektive Wirkung, wenn du den Lack zuverlässig auf die befallenen Nägel aufträgst.

Eine äußerliche Nagelpilzbehandlung ist jedoch nur möglich, wenn die Nagelwurzel frei vom Befall ist. Für diese Therapie gibt es spezielle medizinische Lacke zur Behandlung und Pflege rezeptfrei in der Apotheke.

Diese kannst du bequem zu Hause auf den erkrankten Nagel aufgetragen. Im Anfangsstadium der Onychomykose ist ein Nagellack immer eine gute Wahl. Denn Nagellacke bekämpfen den Pilz an der an der Nagelplatte und -wurzel.

So enthält zum Beispiel die N1 Nagelpilz Lösung eine besondere Rezeptur, die praktischerweise an Finger- und Fußnägeln gleichermaßen angewendet werden kann und oberflächliche Pilze innerhalb von nur 20 Sekunden abtötet.

Der medizinische Nagellack von N1 mit dem patentierten Wirkstoff ISK1320 zieht nach dem Auftragen sofort ein und schafft so auf der angegriffenen Nageloberfläche eine schwierige Umgebung für das Pilzwachstum. Damit der Lack optimal wirken kann, solltest du den Nagel mindestens zweimal, am besten sogar dreimal täglich lackieren bis der komplette betroffene Nagel rausgewachsen ist.

Da die Nägel beim Nagelpilz stark angegriffen sind, bietet der Antipilz Nagellack ebenfalls eine kosmetische Lösung: Die enthaltenen ätherischen Öle sorgen für gesunde, schöne und gepflegte Nägel. Sie verwöhnen die Haut um den Nagel sowie das Nagelbett unter anderem mit wertvollem Eucalyptus-, Apfelsinenschalen- und Patchouliblätteröl. Wer ergänzend auch noch den betroffenen Nagel mehrmals pro Woche anfeilt, beschleunigt den Heilungsprozess. Aber Achtung: Beim Feilen solltest du besonders darauf achten, dass du keine infektiöse Nagelspäne auf dem Boden verteilst. Ebenfalls sollte die Nagelfeile nach Gebrauch desinfiziert werden – oder du gebrauchst Einmalfeilen, die du nach jeder Nutzung entsorgst, damit nicht die Gefahr besteht, gesunde Nägel mit dem Nagelpilz anzustecken. Trotz konsequenter Behandlung kann die Nagellack-Therapie dauern. Warum? Fingernägel wachsen etwa 1 mm pro Woche, Fußnägel brauchen dazu knapp einen Monat. Aus diesem Grund ist eine Behandlung mit einem Antipilz Lack oft schon nach 2 bis 6 Monaten an den Fingernägeln abgeschlossen. Bei Fußnägel kann dieses 6 bis 12 Monate dauern – manchmal sogar länger, wenn der große Zeh im Fokus stand.



### **Innerliche Behandlung von Nagelpilz mit Tabletten**

Ist der Nagelpilz nicht nur oberflächlich, sondern auch die Nagelmatrix betroffen und du hast die Behandlung bewusst verdrängt, kann dir dein Arzt eine innerliche Behandlung mit Tabletten verschreiben.

Diese Medikamente gegen Nagelpilz sind verschreibungspflichtig und sollten erst nach genauer Diagnose verordnet werden.

Nimmst du die Tabletten ein, geben sie den pilzabtötenden Wirkstoff über deine Magen-Darmschleimhaut in die Blutbahn ab. Über dein Blut erreicht der Wirkstoff das infizierte Nagelbett. Auf diese Weise werden die Nagelpilzerreger von innen bekämpft, was auch als systemische Therapie bezeichnet wird. Die Tabletten sollten in der Regel drei Monate lang einmal pro Tag eingenommen werden.

Zwar sind Tabletten deutlich wirksamer als eine äußerliche Behandlung, sie weisen dafür aber auch Neben- und Wechselwirkungen auf.

So sollten Themen wie Wechselwirkungen, Risiken und Nebenwirkungen unbedingt mit deinem behandelnden Arzt/Ärztin vor Behandlungsbeginn abgeklärt werden, denn bei bestimmten Erkrankungen, wie zum Beispiel einer Leberfunktionsstörung, dürfen manche Antimykotika nicht gegeben werden.

### **Kombination von Nagellack und Tabletten gegen Nagelpilz möglich?**

Übrigens kann die innerliche Therapie mit Tabletten auch mit einer zusätzlichen äußerlichen Nagelpilzbehandlung, wie mit Nagellacken oder Hausmitteln, kombiniert werden.

Nach dem Motto „Doppelt hält besser“, ist bei einem stark ausgeprägten Nagelpilz oder wenn die Nägel an den Zehen sehr dick sind, eine Kombination der Arzneimittel möglich. Hier aber unbedingt vorher immer Rücksprache mit deinem Arzt halten bevor du nach eigenem Wissen eine Entscheidung triffst

### **Behandlung von Nagelpilz mit Hausmitteln**

Die Behandlung von Nagelpilz mit Hausmitteln ist ebenfalls eine Option – aber nur bei leichten Ausprägungen von Nagelpilzerkrankungen, wenn sich der Nagelpilz noch nicht komplett auf den Nägeln ausgebreitet hat. Berücksichtige dabei, dass die Wirksamkeit von Hausmitteln nicht medizinisch und wissenschaftlich belegt oder zumindest nicht ausreichend untersucht ist.

Ob diese Mittel wirklich so gut helfen wie antimykotische Lacke oder Tabletten aus der Apotheke ist fraglich, da sie nicht so tief in die Nagelplatte eindringen können.

Dennoch sind einige Hausmittel bei der Behandlung der Erkrankung beliebt.

Nachfolgend eine Übersicht:



### Essig/Apfelessig

Essig hat eine antimikrobielle Wirkung und einen hohen Säuregehalt den Pilze nicht mögen. Pilze ziehen nämlich ein basisches bis neutrales Milieu vor und können nur dort überleben. Voraussetzung für eine effektive Behandlung des Nagelpilzes ist daher der Säuregehalt des Essigs. Hier wähle am besten einen Säuregehalt von 5 bis 25 Prozent. Viele nehmen hier auch Apfelessig als Hausmittel.



### Teebaumöl

Durch seine keimabtötenden und entzündungshemmenden Eigenschaften soll Teebaumöl das Wachstum des Nagelpilzes abtöten. Teebaumöl hat nur eine leicht fungizide Wirkung. Das bedeutet, dass du damit zwar einer Vermehrung der Pilzsporen vorbeugen kannst, sich der Nagelpilz aber nicht vollständig heilen lässt.



### Knoblauch

Die chemische Verbindung Allicin im Knoblauch wirkt antimikrobiell und gilt als natürliches Antibiotikum. Du kannst den Knoblauch sowohl innerlich als auch äußerlich anwenden.



### Natron

Natron hat die Eigenschaft Feuchtigkeit zu binden und entzieht so dem Pilz die feuchte Grundlage zum Überleben. Bitte beachte: Es muss reines Natron sein und kein Backpulver, welches noch andere Bestandteile enthält.



### Zitrone

Die Säure wirkt ähnlich wie bei Essig und entzieht der Pilz-erkrankung den Nährboden.



### Kochsalz

Ein Bad mit reinem Kochsalz hilft dabei, Entzündungen zu hemmen und Keime zu reduzieren.



## Risiken bei Hausmitteln

Wie du siehst, wirst du einige Mittel davon im Haus haben. Nun kommt das große ABER: Verlässt du dich nur auf Hausmittel bei der Behandlung des Nagelpilzes, gehst du zwei Risiken ein:

1. Du verlierst Zeit und verschleppst eine effektive Behandlung mit wirksamen und klinisch belegten Medikamenten.
2. Einige der aufgezählten Mittel, wie Essig, Zitrone oder Teebaumöl, können deine Haut unnötig reizen und Allergien auslösen.

Möchtest du auf Nummer sicher gehen, aber unbedingt Hausmittel gegen Nagelpilz ausprobieren, solltest du deine Nägel zusätzlich mit einem medizinischen Lack zur Behandlung der Onychomykose, wie die N1 Nagelpilz Lösung, behandeln. Seine Wirkung gegen Nagelpilz ist zu 100 Prozent effektiv und wissenschaftlich belegt.

Wichtig zu wissen: Geduld ist bei jeder Behandlung des Nagelpilzes gefragt. Denn alle Therapien sollten so lange fortgesetzt werden, bis die Nägel komplett gesund nachgewachsen sind.

## Tipps zur Prävention: Was tun, damit der Nagelpilz nicht wieder kommt?

Eins ist klar: Hattest du einen Nagelpilz und du hast die Infektion endlich überstanden, möchtest du nicht so schnell erneut betroffen sein.

Gut, dass es hier einige Möglichkeiten zur Vorbeugung gibt. Folgende Tipps können dabei helfen, einer (erneuten) Pilzinfektion zu entgehen.



### Optimales Schuhwerk

Trage immer bequeme Schuhe, die dir wirklich passen. Bei warmen Temperaturen sind luftdurchlässige Schuhe, wie Sandalen oder leichte Halbschuhe zu empfehlen, damit du nicht so schnell Schweißfüße bekommst.

Ziehe Schuhe mit atmungsaktiven Material vor, damit die Fußfeuchte schnell abgeleitet wird. Obermaterial wie Leder oder moderne Mikrofaserstoffe sind hier zu empfehlen.

Ziehe Turnschuhe nur für die Zeit des Sports an und lasse sie danach gut lüften.



### Optimale Hand- und Fußpflege

Jetzt wirst du vielleicht schmunzeln, denn wer pflegt schon seine Füße regelmäßig und intensiv. Leider werden Füße oftmals in der Beautyroutine vergessen. Dabei ist die Creme für die Füße genauso wichtig wie die Creme für die Hände. Eine feuchtigkeitsspendende Hand- und Fußcreme hält deine Haut schön geschmeidig und sorgt dafür, dass keine Hautrisse entstehen.

Des Weiteren solltest du nach dem Waschen und Baden die Füße und Hände gut abtrocknen. Achte hier besonders auf die Zehenzwischenräume bei deinen Füßen!



### Optimale Hygiene

Klar achtest du auf die Hygiene in deinem Alltag. Aber um eine Nagelpilzinfektion effektiv vorzubeugen, ist es nochmal wichtiger Handtücher, Socken, Bettwäsche oder Badematten bei mindestens 60 Grad in der Waschmaschine zu waschen.

Verwende on top einen Hygiene-spüler, den du zum Waschgang dazu gibst und der Pilze, Viren und Bakterien während der Wäsche abtöten kann.

Apropos Sauberkeit: Putze dein Badezimmer, insbesondere die Dusche gründlich, weil du dort Barfuß drin stehst und so sich der Pilz dort schnell verbreiten kann.

Laufe in öffentlichen Einrichtungen, wie Schwimmbädern, Saunen, Duschen etc. auf keinen Fall barfuß. Trage stattdessen lieber Badeschlappen, Flip-Flops oder ähnliches. Auch in der Sauna schützen Badeschlappen vor Pilzkontakt, denn Pilzsporen überleben Temperaturen bis zu 80 Grad.

Wenn deine Schuhe durch einen Regenschauer oder eine un erhoffte Pfütze mal naß werden sollten, ziehe sie schnell aus und lass die Schuhe komplett trocknen bis du sie wieder trägst.

Möchtest du Fuß- und Nagelpilz in einem vorbeugen, kannst du auch deine Schuhe – vor allem Joggingschuhe und die, die du oft zum Sport trägst – mit einem passenden pilztötenden Spray desinfizieren. Einmal pro Woche sollte die Desinfektion stattfinden.

Ebenfalls kann eine professionelle medizinische Fußpflege vorbeugend gegen Nagelpilz gut sein, vor allem bei Diabetiker:innen und älteren Personen, die ihre Nägel und Füße nicht mehr richtig pflegen können. Hier ist auch ein Besuch beim Podologen zur regelmäßigen Pflege ratsam.



Wähle für die optimale Hygiene deiner Füße Socken aus natürlichen Materialien, wie Baumwolle oder Wolle.

Ganz wichtig: Wechsle deine Socken täglich und laufe nicht barfuß drinnen oder draußen, damit die Pilzsporen nicht in der Umgebung verteilt werden und so möglicherweise andere Menschen angesteckt werden.

Auch wenn es nicht sexy ist: Socken sollten auch beim Schlafen getragen werden. So kannst du verhindern, dass sich mögliche Pilzsporen im Bett verteilen und du deinen Partner infizierst.

Ziehe außerdem bei einem Fußnagelpilz immer zuerst die Socken an. Erst danach die Unterhose und Hose. So vermeidest du, dass die Pilze vom Fuß in die Leistengegend wandern und noch andere Regionen an deinem Körper befallen.

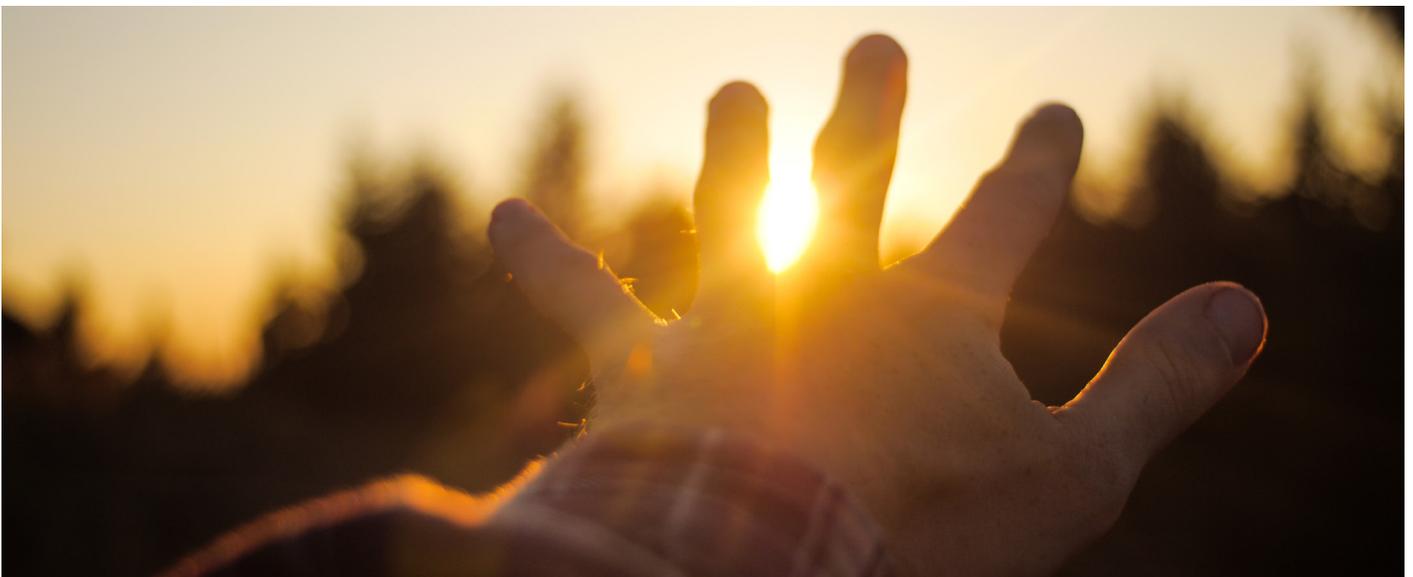
## Und tschüss Nagelpilz

Durch diese Maßnahmen kannst du Nagelpilzkrankungen der Finger- und Fußnägel auf jeden Fall bei deinen Mitmenschen eindämmen oder sogar verhindern. Dies beugt nicht nur bei dir einer erneuten Infektion mit Nagelpilz vor, sondern unterstützt auch jegliche Therapiemaßnahmen.

Für dich als Fazit: Ein Nagelpilz sollte immer sofort nach der Entdeckung erster Symptome behandelt werden, da er hoch ansteckend ist und nicht von selbst heilt. Je früher du also mit der Behandlung beginnst, desto höher ist die Heilungschance.

Die wichtigste Regel dabei lautet: Nicht aufgeben und konsequent dran bleiben! Denn dein Nagel ist erst dann frei von der Nagelpilzinfektion, wenn er komplett gesund nachgewachsen ist.

Wir drücken dir die Daumen, dass dir unsere Tipps zur Behandlung und Prävention von Nagelpilz helfen, damit du deinen Fokus wieder auf die kosmetisch schönen Seiten der Nagelpflege setzt – und du Wörter wie Onychomykose sowie Dermatophyten aus deinem Kopf streichen kannst.





# Mittel gegen Nagelpilz

## Effektives Mittel gegen Nagelpilz: NI Nagelpilz Lösung

Hast du einen Nagelpilz, möchtest du am liebsten, dass er schnell wieder verschwindet. Pustekuchen! Da wirst du enttäuscht. Denn Nagelpilz ist hartnäckig, sehr hartnäckig. Zum Glück gibt es aber Mittel gegen Nagelpilz, die besonders effizient bei der Behandlung von Pilzinfektionen sind. Hier haben sich Nagelpilz-Mittel in Form von medizinischen Nagellacken etabliert, die ähnlich wie ein klassischer Nagellack auf den betroffenen Nagel aufgetragen werden. Einziger Unterschied zum trendigen, kosmetischen Nagellack: Die Mittel verschönern nicht kurzzeitig die Optik deiner Nägel, sondern zeigen ihr Können durch ihre Wirkstoffe langfristig auf deinen Fuß- oder Fingernägeln. Welche Mittel gegen Nagelpilz zu empfehlen sind, warum Lacke besser als Cremes bei Nagelpilz helfen und wie du sie effektiv anwendest und dabei Nagelpilz vorbeugen kannst, erfährst du hier.

### Warum Lacke besser helfen als Cremes

Da sitzt du nun mit deiner Nagelpilzinfektion am Fuß, schaust dir in Online-Apotheken das eine oder andere Medikament zum Thema „Nagelpilz“ an und liest Erfahrungen von Mitmenschen sowie Experten-Meinungen zur Wirkung von Mitteln gegen Nagelpilz – und bist am Ende nach der Zusammenfassung nur noch eins: Ganz verwirrt.

### Nagelpilz... und nun?

Hast du dich auch gefragt: „Mist! Nagelpilz – was tun?“ und hast gehofft, die schnelle Lösung und das eine richtige Mittel gegen Nagelpilz auf deinen Nägeln zu finden? So geht es wohl vielen, die das beste Mittel gegen Nagelpilz suchen und ihren Pilzbefall schnell wieder los werden wollen. Ob Hausmittel, Medikamente, Cremes, Salben oder eben Nagellack – die Liste der Mittel zur Nagelpilzbehandlung sind lang und ein Vergleich lohnt sich immer. Oft liest man, dass Nagellack besser hilft als Creme. Aber ist das wirklich so? Denn eine Nagelmykose oder Onychomykose, so der medizinische Name, ist eine Pilzinfektion mit Fadenpilzen (Dermatophyten) oder Hefe- beziehungsweise Schimmelpilzen deiner Zehen- und Fingernägel. Vom freien Nagelrand oder vom Nagelwall breiten sich die Erreger über den gesamten Inhalt deiner Nagelplatte aus und verändern die Struktur deiner Nagelsubstanz. Ein Vergleich: Sah dein Nagel vor ein paar Wochen noch gesund glänzend und ebenmäßig aus, können plötzlich weiße, gelbe oder bräunliche Verfärbungen auf dem Nagel entstehen. Im Vergleich zu vorher wirkt er nun trüb, brüchig und ist verdickt. Unbehandelt kann der Nagelpilz deine Nagelplatte zerstören. Kommt es ganz schlimm und du verwendest keine Mittel gegen Nagelpilz, wie ein Anti-Pilz-Nagellack oder eine Creme als Medikament, kann sich dein Nagel sogar lösen, was zu starken Schmerzen führt.

## Frühzeitiger Start der Nagelpilz Behandlung

Aus diesem Grund ist es so wichtig frühzeitig mit der medikamentösen Behandlung der Nagelpilze zu beginnen – am besten sofort, wenn du die ersten Symptome entdeckst.

Sprich, wenn einzelne Nägel bei dir an den Füßen oder Händen betroffen sind, wenn nur die Hälfte des Nagels befallen und auch die Nagelwurzel noch nicht vom Pilzerreger infiziert ist, kannst du in Eigenregie versuchen die Nagelpilze mit dem passenden Medikament einzudämmen.

Hausmittel gegen Nagelpilz und Medikamente – dazu gehören zum Beispiel Salben oder auch Nagellack gegen Nagelpilz – gibt es dafür in großer Anzahl von einer Vielzahl an Hersteller.

### Hausmittel gegen Nagelpilz als Ergänzung

Fangen wir einmal mit der sanften Behandlung mit Mitteln an, die du als Ergänzung und nicht als Ersatz für Salben, Lacke oder Tabletten gegen Nagelpilz verwenden solltest. Dazu gehören Hausmittel gegen Nagelpilz, wie Teebaumöl, Zitrone, Essig oder Natron. Diese natürlichen Mittel kannst du im Vergleich zu Mitteln gegen Nagelpilz aus der Apotheke meist sofort einsetzen, da du sie vielleicht eh zu Hause hast.

Denke aber daran: Es ist nicht erwiesen, ob diese Hausmittel wirklich eine so gute Wirkung zeigen, wie im Vergleich ein Anti-Pilz Nagellack oder weitere Mittel gegen Nagelpilz. Sie sollten dir lediglich als natürliche oder pflanzliche Ergänzung zur schulmedizinischen Behandlung dienen. Dieses beweisen auch immer wieder Nagelpilz-Test-Szenarien, in denen es zum Vergleich von Medikamenten, wie Nagellack gegen Nagelpilz, und Hausmitteln und dessen Wirksamkeit kommt.

Eine Nagelpilzerkrankung kannst du am besten mit sogenannten Antimykotika behandeln. Das sind Mittel mit Wirkstoffen, die das Wachstum der Pilze hemmen. Hierzu zählen zum Beispiel Nagellacke, aber auch Medikamente, wie verschreibungspflichtige Tabletten.

Zu den beliebtesten Mitteln bei Betroffenen gehören Nagelpilz-Cremes und Nagellack aus der Apotheke, die innerhalb von Wochen – bei angegriffenen Fingernägeln – und Monaten – bei Nagelpilz an den Fußnägeln – eine zufriedenstellende Wirkung zeigen.

Hier ein kleiner Vergleich:

### **Nagelpilz-Creme**

In einer Creme oder auch Salbe als Mittel gegen Nagelpilz ist meist der Wirkstoff Bifonazol oder Urea enthalten. Urea – auch bekannt als Harnstoff – löst den Nagel nach und nach auf, so dass er entfernt werden kann.

Der Wirkstoff Bifonazol hemmt äußerlich das Wachstum und die Vermehrung der Nagelpilze. Diese Wirkweise vom Medikament wird auch als „fungistatisch“ bezeichnet.

Wichtig ist, dass beide Mittel gegen Nagelpilz nacheinander in Form einer Creme oder einer Salbe zum Einsatz kommen, um die volle Wirkung zu erzielen. Daher gibt es oft Produkte als praktische Nagelpilz-Sets mit einer Urea-Creme und einer anderen Creme mit Bifonazol. Aber wie wendest du das jeweilige Medikament in Salbenform an?

### **Nagelpilz-Creme richtig anwenden**

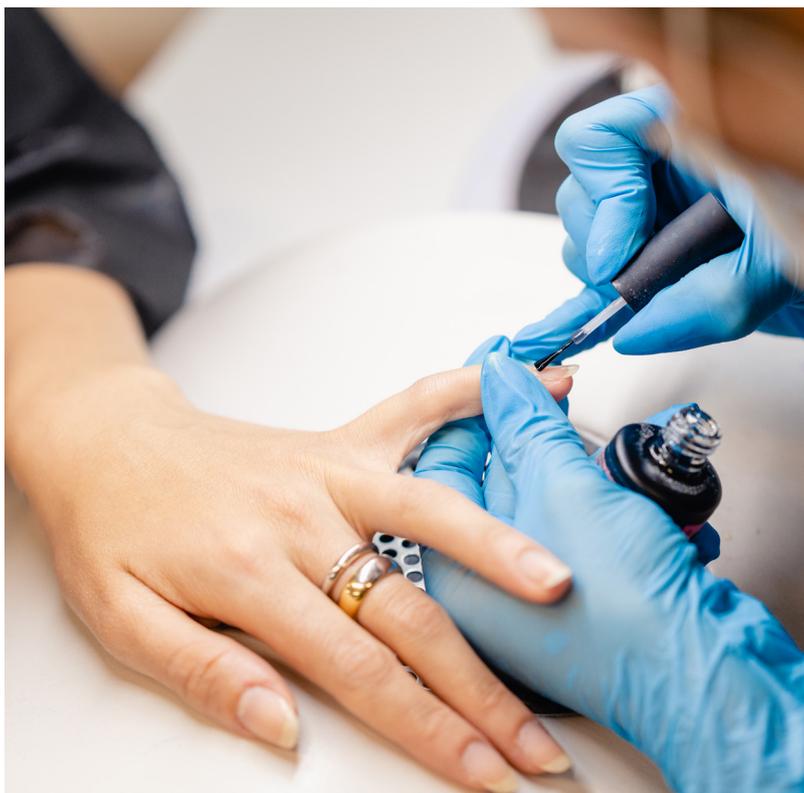
Weiche den betroffenen Finger- oder Fußnagel zunächst rund 10 Minuten in warmen Wasser ein und trockne den Nagel danach gründlich ab bevor du das Mittel aufträgst.

Anschließend wird der vom Pilz befallene Nagel mit der harnstoffhaltigen Creme eingecremt und mit einem Pflaster geschützt. Hier ist das Tragen von Handschuhen zu empfehlen, damit sich keine Pilzsporen auf andere Körperteile von dir übertragen.

Nach 24 Stunden kannst du das Pflaster entfernen. Nun musst du erneut den Finger oder den Zeh für 10 Minuten in warmes Wasser halten. Danach wird die aufgeweichte Schicht des Nagels vorsichtig abgeschabt. Dies gelingt mit einem Spachtel am besten, der oft bei dieser Art von Mittel gegen Nagelpilz beiliegt.

Nachdem du den Nagel abgeschabt hast, beginnt das Spiel von vorne: Creme, Pflaster, 24 Stunden warten, Pflaster entfernen, Einweichen, Abschaben.

Die Behandlung mit Harnstoff als Mittel gegen Nagelpilz solltest du mindestens 2 Wochen fortsetzen – täglich! Wenn du den mit Nagelpilz infizierten Teil des Nagels komplett weggeschabt hast, musst du die darunterliegende Haut für weitere vier Wochen mit einer Creme behandeln, die den pilzhemmenden Wirkstoff Bifonazol enthält. Je nach Packungsbeilage vom Medikament, solltest du das Mittel meist ein- bis zweimal täglich anwenden. Erst wenn die Creme komplett eingezogen ist, kannst du wieder deine Socken anziehen.



### **Nagelpilz-Lack**

Bei Nagellacken gegen Nagelpilz sind die Mittel mit einem Breitspektrum-Antimykotikum versehen. Der Nagellack wirkt so gegen alle Nagelpilz Erreger und ist zeitgleich antibakteriell und entzündungshemmend.

Der Nagellack dringt in den Nagel ein, muss aber als Mittel gegen Nagelpilz regelmäßig angewendet werden, damit die Wirkstoffkonzentration im Nagel aufrechterhalten bleibt. Denn der Nagelpilz sitzt nicht nur oben auf dem Nagel drauf, sondern meistens auch im unteren Nagelbett. Aus diesem Grund muss der Nagellack durch die Nagelplatte dringen. Das gelingt nur bei regelmäßiger und konsequenter Anwendung.

Es gibt sie in wasserlöslichen und wasserfesten Nagellack-Varianten. Wasserlöslicher Nagellack darf rund sechs Stunden nicht mit Wasser in Berührung kommen, damit er sein Wirkspektrum vollumfänglich entfalten kann. Daher sollten diese medizinischen Nagellacke als Mittel gegen Nagelpilz am besten abends vor dem Schlafengehen aufgetragen werden.

## Nagelpilz-Nagellack richtig anwenden

Bevor du den Nagellack öffnest, feile die erkrankten Nagelteile ab. So kannst du schon vor Behandlungsbeginn infiziertes Nagelmaterial abtragen. Hier ist eine Einweg-Nagelfeile zu empfehlen. Nimmst du diese nicht, solltest du auf jeden Fall die Nagelfeile nach Gebrauch säubern und desinfizieren, um ansteckende Pilzsporen zu beseitigen. Achte darauf, dass die abgetragene Nagelspäne nicht zum neuen Hot Spot in deinem Badezimmer wird und sich Mitmenschen an den Pilzsporen anstecken. Deswegen achte auf hygienische Sauberkeit. Möchtest du den Lack auftragen, verwende stets den zur Verfügung gestellten Applikator des Antipilz-Nagellacks und trage eine dünne Schicht des Mittels auf den erkrankten Nagel auf. Dabei sollte die gesamte Nagelplatte als auch die umgebende Haut im Umfang von 5 mm mit dem Nagellack bepinselt werden. Falls es möglich ist, kannst du den Nagellack auch unter dem freien Nagelrand auftragen. Lasse den Nagellack kurz antrocknen bevor du wieder Socken anziehst. Die Behandlung mit dem Nagellack als auserkorenes Mittel gegen Nagelpilz sollte konsequent bis zur vollständigen Abheilung nach Packungsbeilage erfolgen.



### Nagellack oder Creme gegen Nagelpilz: Was ist nun effektiver?

Wie du beim Lesen gemerkt hast, gibt es bei der Anwendung von Salben beziehungsweise Cremes und Nagellack Unterschiede. Im Gegensatz zu Cremes kann ein Nagellack

- durch eine unkomplizierte und schnelle Anwendung binnen Sekunden überzeugen.
- auch antibakteriell und entzündungshemmend wirken.
- schnell in den Nagel eindringen und die Wirkung bis in die Tiefe entfalten.
- alle relevanten Nagelpilz-Erreger erfassen.
- das gesunde Wachstum des Nagels fördern, so dass der Nagel nicht abgelöst werden muss.

Mittel gegen Nagelpilz zum Auftragen – insbesondere in Form von Nagellack – werden auch therapiebegleitend zusammen mit Medikamenten in Tablettenform oder nach Abschluss einer solchen Behandlung eingesetzt. Das kann den Behandlungserfolg noch einmal erhöhen, damit es nicht so schnell zu neuen Pilzinfektionen kommt.

### Nagelpilz Test: Welche Wirkstoffe helfen?

Natürlich möchtest du wissen, welches Mittel nun am besten gegen Nagelpilz hilft. Die Hersteller sagen, dass nur ihr Produkt zielführend ist. Gut, dass es deswegen Erfahrungsberichte von Menschen gibt, die ehrlich ihre Meinung kundtun und über die Wirksamkeit authentisch berichten.

Frage dich als erstes: Was ist das Ziel? Du möchtest deinen gesunden Nagel zurück. Punkt.

Was musst du dafür tun? Den Nagelpilz mit passenden Mitteln behandeln. Richtig.

Doch im Dschungel der Medikamente das für dich optimale Produkt zu finden, kann ganz schön kompliziert sein: Creme, Salbe, Nagellack, Spray, Tabletten – die Liste der Mittel gegen Nagelpilz ist lang. Vielleicht bist du auch ein Fan von Hausmitteln und setzt lieber auf die natürliche Kraft der Natur beim Nagelpilz? Egal für was du dich entscheidest – Hauptsache du unternimmst etwas gegen deine Nagelpilzinfektion, damit du irgendwann ein pilzfreies Ergebnis siehst. Schaust du dir verschiedene Websites mit Tests zu Nagelpilz-Produkten an, kannst du oft redaktionelle, medizinische Inhalte mit einer Vergleichstabelle finden, in der schön säuberlich die Produkte aufgeführt und die Vor- und Nachteile erläutert werden.

Aber Achtung: Manchmal musst du für die Test-Ergebnisse in die Tasche greifen und bezahlen. Also schau lieber genau hin!

Bei Tests schneiden die Wirkstoffe Bifonazol, Amorolfin und Ciclopirox im Frühstadium des Nagelpilzes am besten ab.



### **Amorolfin**

Amorolfin befindet sich oft in einem Nagellack, der als Mittel gegen Nagelpilz einmal wöchentlich aufgetragen werden muss und die Zellhüllen des Pilzes zerstört. Dieser Wirkstoff sollte aber nicht bei chronisch erkrankten Personen mit Diabetes mellitus angewendet werden.

### **Ciclopirox**

Ciclopirox ist als Inhaltsstoff gegen Nagelpilz für Finger- und Fußnägel bekannt. Es ist ein Antimykotikum, welches durch bestimmte Sauerstoffverbindungen den Pilz abtötet. Der Wirkstoff ist bei Diabetes mellitus geeignet.

### **Bifonazol**

Und Bifonazol ist in Cremes und Salben zu finden. Der Wirkstoff hemmt das Wachstum und die Vermehrung der Pilze. Er hat eine hohe Verweildauer, sprich dadurch eine lange Wirkdauer auf der Haut und den Nägeln. Der Wirkstoff ist ebenfalls für Diabetiker geeignet.

### **Mögliche Nebenwirkungen der drei Wirkstoffe und Alternativen**

Und wie sieht es mit Nebenwirkungen aus? Leichte Unverträglichkeiten können an der Haut auftreten, wenn diese empfindlich ist. Hierzu zählen Rötungen und Hautreizungen – dies gilt übrigens für Nagellack und Salbe.

Doch müssen es immer Bifonazol, Amorolfin und Ciclopirox sein? Gibt es nicht auch andere Mittel gegen Nagelpilz, die ebenfalls effektiv sind? Ja! Mittlerweile gibt es noch weitere, auch patentierte Wirkstoffe, die sehr gut bei Nagelpilz helfen können.

### **Wirkstoff ISK1320 zur Nagelpilzbehandlung**

Dazu gehört zum Beispiel der Wirkstoff ISK1320, der in der [N1 Nagelpilz Lösung](#) vorkommt. Der Wirkstoff ISK1320 dringt in die Nageloberfläche ein, bekämpft den Nagelpilz und schützt vor dem Zurückkehren der Erreger und einer erneuten Ansteckung. Dank dieser Formel wird der Applikator des Produktes nicht mit Pilzen infiziert und eine Infektion der anderen Nägel verhindert.

### **Sind die Wirkstoffe auch zur Nagelpilzbehandlung bei Kindern geeignet?**

Die meisten Wirkstoffe und Mittel gegen Nagelpilz sind nur für Erwachsene zur Behandlung zugelassen. Für Kinder gibt es spezielle Medikamente zur inneren Anwendung wie beispielsweise Tabletten oder auch Säfte, die nicht ganz so hochkonzentrierte Substanzen bündeln, aber dennoch eine erfolgsversprechende Wirkung ermöglichen. Einziger Nachteil hierbei: Häufig sind sie verschreibungspflichtig und besitzen starke Nebenwirkungen, die den Magen-Darm-Trakt in Mitleidenschaft ziehen können.

### **Mittel gegen Nagelpilz an Händen und Füßen**

Nagelpilz ist eine hartnäckige Angelegenheit – ganz besonders an den Zehen. Leicht können auch gleich mehrere Nägel infiziert sein. Sei es an den Händen oder an den Füßen – oder sogar an den Händen und Füßen. Vielleicht fragst du dich nun, ob du jedes Nagelpilzmittel auch einfach für die Finger und Zehen verwenden kannst oder ob es da Unterschiede beim Medikament gibt.

Die Nägel an deinen Füßen sind generell härter als Fingernägel. Da bei vielen die Fußnägel von Pilzerreger betroffen sind, wird hierfür meist auch das passende Mittel gegen Nagelpilz gesucht. Was aber, wenn auch die Fingernägel einen Nagelpilz aufweisen und du zur Behandlung einen pilzabtötenden Allrounder voller Wirksamkeit brauchst?

Dann greife auf die N1 Nagelpilz Lösung zurück. Der Nagellack ist sowohl für die Fingernägel als auch die Zehennägel geeignet und kann ohne Bedenken für beide Nagelpilz Brennpunkte eingesetzt werden.

Bitte beachte: Bei abgefeilten Nägeln kann der Wirkstoff besser eindringen und seine Wirkung entfalten – dies gilt insbesondere für deine Fußnägel, die von der Struktur fester sind.

Wenn du also einen Nagelpilz an den Fingern und an den Zehen hast, dann bietet dir der N1 Nagelpilz Lack mit dem innovativen Wirkstoff ISK1320 ein praktisches 2 in 1 Nagelpilzmittel.

## Mittel gegen Nagelpilz mit Pflege-Effekt: N1 Nagelpilz Lösung

Übrigens profitiert auch deine angegriffene Nagelhaut vom medizinischen N1 Nagelpilz Nagellack: Die enthaltenen ätherischen Öle sorgen für gesunde, schöne und gepflegte Nägel. Sie verwöhnen die Haut um den Nagel sowie das Nagelbett unter anderem mit wertvollem Eucalyptus-, Apfelsinenschalen- und Patchouliblätteröl. Die wertvollen, pflanzlichen Inhaltsstoffe sind dabei reiner Balsam für deine Nägel, während der patentierte Wirkstoff ISK1320 das Pilzwachstum hemmt und den Nagelpilz nach und nach zerstört.



### Inhaltsstoffe mit Wirkung

Ob der Nagellack gegen die Pilze wirkt, hängt zum einen von der Art und der Qualität seiner Zusammensetzung ab. Zusätzlich ist eine hochwertige Verarbeitung notwendig, um ein Maximum an Wirksamkeit zu garantieren. Bei der N1 Nagelpilz Lösung kommen nur fein ausgesuchte Inhaltsstoffe zusammen. Dazu gehören folgende:

Aqua, Ethoxydiglycol, ISK1320, Pentylene Glycol, Alcohol Denat., Tridiceth-9, PEG-40, Hydrogenated Castor Oil, Benzyl Alcohol, Limonene, Glycerin, Natilact, Propylene Glycol, PVP, Xanthan Gum, Eucalyptus Globulus Leaf Oil, Lavandula Hybrida Oil, Linalool, Dimethyl Isosorbide, Citrus Aurantium Dulcis Oil, Pogostemon Cablin Oil, Disodium Phosphate, Geraniol, Citral, Biotin, Coumarin, Citric Acid, Farnesol.

### Anwendungsempfehlung

Jetzt steht das kleine Fläschchen mit dem 10 ml-Inhalt vor dir, aber du bist unsicher, wie du das Mittel gegen Nagelpilz richtig aufträgst? Kein Problem. Denn die N1 Nagelpilz Lösung kannst du spielend leicht in deinen Alltag integrieren, so dass das Mittel bei einem Nagelpilz Test in Sachen „Anwendung“ schon mal auf jeden Fall punkten würde.

Ein kleines Beispiel zur Anwendung:

Du stehst morgens – nachdem dein Wecker schon vor gefühlten Ewigkeiten geklingelt hat – auf. Mit deinem Nagelpilz am großen Zeh tapst du schlaftrunken ins Badezimmer. Natürlich trägst du ganz vorbildlich eine Socke aus Baumwolle oder Wolle. Eine Socke? Ja, eine Socke! Denn läufst du mit Nagelpilz in deinen Räumen Barfuß rum, ist das Risiko zu groß, dass Pilzsporen unmerkelt auf den Boden rieseln und jemand Gesundes sich mit dem Nagelpilz ansteckt.

Auch wenn es auf deiner Sexappeal-Skala dadurch kleine Abstriche zu verbuchen gibt: Trage die Socken ebenfalls beim Schlafen. So kannst du verhindern, dass sich mögliche Pilzsporen im Bett verteilen und du deinen Partner oder deine Partnerin on top infizierst.

Zurück ins Badezimmer, wo du ja nun vorbildlich mit deinen Socken an den Füßen hingelaufen bist: Sicherlich wirst du morgens ein Ritual haben und vielleicht auch abends. Ob es Zähneputzen mit Kniebeugen ist, eine warme Dusche mit melodischen Beats oder das Auftragen deiner liebsten Gesichtsscreme gegen erste Fältchen: Ab jetzt hast du ein weiteres Ritual morgens und abends – jeden Morgen und jeden Abend. Wirklich jeden Tag. Ohne Ausreden. Ohne „Oh, ich habe es vergessen.“ Was das ist? Na? Genau, richtig! Du darfst dich deinem Nagelpilz widmen. Wenn das nicht nach Spaß klingt. Ironie zu Ende.

### Anwendung in 3 Schritten

Das Tolle: Die Anwendung ist ganz einfach, kostet kaum Zeit und lässt dein Nagelpilzmittel zum neuen Star am Badezimmerhimmel werden. Alles was du dafür beachten musst, sind folgende drei Punkte:

1. Trage die N1 Nagelpilz Lösung 2-3x täglich mit dem Applikator auf die betroffene Stelle auf.
2. Feile den Pilznagel mehrmals wöchentlich – aus hygienischen Gründen am besten mit einer Einweg-Feile. Denn klassische Nagelfeilen können Nagelpilz sehr leicht übertragen.
3. Wiederhole das Lackieren täglich bis der Nagelpilz komplett ausgewachsen ist.

Das wars schon. Nachdem du nun das Mittel gegen Nagelpilz angewendet hast und der Nagellack binnen Sekunden getrocknet ist, kann der Lack mit Wasser in Berührung kommen oder du kannst frische Socken überstreifen.



## Künstliche Nägel

Des Weiteren können Personen mit künstlichen Nägeln eher an einem Nagelpilz erkranken. Der Grund hierfür ist simpel: Im Klebstoff der Gelnägel können winzige Bläschen entstehen, in denen sich der Erreger aufgrund der Wärme und der sauerstoffarmen Umgebungsluft schnell vermehren kann. Da die natürliche Nagelplatte so von den künstlichen Nägeln überklebt wird, bekommt die Nagelplatte sinnbildlich keine Luft mehr zum Atmen. Das schwächt und verdünnt die Fingernägel, so dass sie anfälliger für Nagelpilz werden.

Übrigens: Je länger die Nagelmodellage getragen wird, desto höher ist die Wahrscheinlichkeit, dass sich die Infektion ausbreitet.

## Wichtige Hinweise

Zu den weiteren Hinweisen gehören noch folgende Punkte, die du während der Anwendung beachten solltest:

- Nur zur äußerlichen Anwendung.
- Außerhalb der Reichweite von Kindern lagern.
- Nicht für Baby's und Kleinkinder geeignet.
- Kontakt mit Augen und Schleimhäuten vermeiden.
- Nicht auf offene Wunden und geschädigte Haut auftragen.
- Bei Überempfindlichkeit die Behandlung mit der N1 Nagelpilz Lösung einstellen.

### Das N1 Qualitätsversprechen

Nicht nur das Mittel gegen Nagelpilz soll Wirkung zeigen, sondern du möchtest sicherlich auch dem Hersteller Vertrauen können, wenn du ab sofort täglich das Nagelpilzmittel verwendest. Deswegen gibt es von N1 ein klares Qualitätsversprechen: N1 – die Marke aus der Apotheke. Unsere innovativen Gesundheitsprodukte werden selbstverständlich in streng geprüften und zertifizierten Produktionsanlagen hergestellt. Unser kompromissloser Qualitätsanspruch an eine nachhaltige und umweltverträgliche Herstellung geht weit über die in Deutschland vorgegebenen Standards hinaus. Wir verwenden ausschließlich sorgfältig ausgewählte Inhaltsstoffe und Marken-Rohstoffe in Apothekenqualität. So stellen wir sicher, dass unsere Produkte die höchsten Ansprüche erfüllen. N1 - aus Verantwortung für dich und deine Gesundheit nur das Beste.

### Warum wirken manche Mittel gegen Nagelpilz nicht?

Auch wenn die Hersteller immer Wunder versprechen, ist es ratsam sich die Inhaltsstoffe auf der Verpackung oder der Homepage vom Hersteller einmal genau anzusehen. Ist einer der vorgestellten Wirkstoffe, wie ISK1320, Amorolfin und Ciclopirox im Produkt enthalten und wie hoch ist die Konzentration im Medikament? Manchmal kann nämlich auch die Konzentration der wirksamen Bestandteile zu gering sein, um eine optimale Wirkung zu erzielen. Dennoch werden diese Mittel oft zu überhöhten Preisen verkauft.

### Wie teuer sind Produkte gegen Nagelpilz?

Wie bei allem, sind oftmals die Preise der Mittel gegen Nagelpilz sehr unterschiedlich. Einige Produkte kosten etwa 10 Euro pro 10 ml Flasche, andere Mittel gegen Pilzinfektionen 15, 20 oder sogar über 30 Euro. Hier ist zu empfehlen nicht auf das günstigste Produkt zu setzen, sondern sich die Inhaltsstoffe anzusehen und bei der Konzentration des Wirkstoffs einen Vergleich zu machen. Deine Gesundheit sollte hier nicht zu Lasten des Preises gehen, sondern du solltest darüber nachdenken, welches Mittel für dich am erfolgsversprechendsten ist. Es gibt auch Mittel gegen Nagelpilz, die verschreibungspflichtig sind. Hier muss dein Hausarzt oder Hautarzt ein Rezept für ausstellen, so dass dann nur die reguläre Zuzahlung finanziell ergänzt werden muss, wenn du gesetzlich versichert bist.

### Internet versus vor Ort: Wo kaufe ich mein Mittel gegen Nagelpilz?

Jetzt fragst du dich vielleicht, wie du am schnellsten an das Mittel gegen Nagelpilz kommst, weil du umgehend mit der Nagellack Behandlung beginnen möchtest.

## Im Geschäft

Wie im Qualitätsversprechen beschrieben, kannst du zum einen das Nagelpilzmittel in deiner Apotheke vor Ort kaufen. Der Vorteil: Du gehst in das Geschäft und kannst das Mittel deiner Wahl sofort mit nach Hause nehmen, wenn die Pharmazeuten es vorrätig haben und nicht erst noch bestellen müssen. Vielleicht hast du auch noch Fragen zur Wirkung, möchtest dich über Medikamente, wie verschreibungspflichtige Tabletten gegen Nagelpilz, aufklären lassen oder dich über deine Gesundheit austauschen, dann ist eine persönliche Beratung vor Ort von Vorteil.

## Im Internet

Sind dir diese Punkte nicht so wichtig, bieten dir diverse Online Shops – insbesondere Versandapotheken – ebenfalls eine Vielzahl an Mittel gegen Nagelpilzinfektionen an. Hier findest du verschiedene Hersteller, Produkte, Erfahrungsberichte, eine übersichtliche Zusammenfassung als auch einen direkten Vergleich der Preise, so dass du leicht alle Vor- und Nachteile auf einen Blick hast. Test- und Preisvergleichsseiten bieten sich hier ebenfalls an, die dich in Kooperation zu Versand- oder Onlineapotheken weiterleiten, bei denen du dein gewünschtes Mittel gegen Nagelpilz kaufen kannst.

## Wann ist der Nagelpilz besiegt?

Hast du dein gewünschtes Produkt zu Hause, dann geht es an die Behandlung. Hier musst du vor allem eins: Geduldig sein. Der Nagelpilz verschwindet nicht einfach aus deinem Nagel, sondern verbleibt dort, bis der betroffene Nagelteil komplett herausgewachsen ist.

Die konsequente Anwendung mit dem Mittel gegen Nagelpilz verhindert eine weitere Ausbreitung. Würdest du die Behandlung nach wenigen Wochen abbrechen, könnten einzelne Pilzsporen überleben und sich weiter vermehren, bis sie schließlich auch die anderen Nägel mit Nagelpilz infizieren.

Deswegen: Verwende das Mittel gegen Nagelpilz so lange, bis ein vollkommen gesunder Finger- oder Fußnagel nachgewachsen ist. Bei Nagellack gegen Nagelpilz kann dies bis zu einem Jahr dauern – je nachdem, ob der große Zehnnagel oder nur einer der kleinen Zehen vom Nagelpilz betroffen ist. Bei einer Creme kann dieses etwas schneller gehen.

Egal wofür du dich entscheidest: Mit der N1 Lösung gegen Nagelpilz hast du ein zuverlässiges Mittel gegen Nagelpilz an deiner Seite. Das zufriedenstellende Ergebnis wird es dir beweisen, wenn die Wirksamkeit den Nagelpilz ein für alle mal besiegt hat und dein betroffener Nagel im Vergleich zu einem gesunden Nagel wieder richtig schön aussieht.



### Die richtige Hygiene

Das Gute: Nagelpilz lässt sich verhindern! Wichtig ist die richtige Hygiene: Wasche deine Socken bei möglichst hohen Temperaturen und gebe beim Waschgang Hygienespüler mit zum Inhalt deiner Waschmaschine – das zeigt Wirkung bei der Bekämpfung von Viren, Bakterien und eben Pilzen.



### Die richtigen Schuhe und Socken

Trage vorzugsweise Schuhe, in denen deine Füße nicht schwitzen und wenn du doch mal schwitzen solltest, lasse deine Schuhe gut trocknen bevor du sie wieder trägst. Wähle als Socken am besten Materialien wie Baumwolle oder Wolle, die Feuchtigkeit gut aufnehmen können. Synthetik ist dagegen nicht zu empfehlen. Apropos Schuhe: Bist du in Schwimmbädern, in den Umkleiden von Fitnessclub oder der Sauna unterwegs, laufe nicht barfuß, sondern trage Badeschlappen, damit du deinen Füßen keinen Pilzerregern aussetzt.

### Augen auf

Trockne deine Füße und die Zehenzwischenräume nach dem Duschen oder Baden immer gut ab und achte auf die kleinsten Symptome, wie Verfärbungen auf deinen Nägeln. Hier kann ein regelmäßiger Vergleich aller Nägel helfen, damit die Mittel gegen Nagelpilz erst Mal lange im Schrank bleiben können. Also Augen auf! Und sollte es dich doch noch mal erwischen, dann versuche deinen Nagelpilz als neue Herausforderung zu sehen, die du mit Konsequenz, Geduld und dem passenden Mittel gegen Nagelpilz auch ein weiteres Mal besiegen wirst. Tschakka, du schaffst es!



# Nagelpilz behandeln

## Nagelpilz schnell und effektiv behandeln

Wenn sich dein Nagel weiß, gelb oder bräunlich verfärbt, der einst so zarte Nagel an deiner Hand oder deinem Fuß plötzlich dick, wulstig und brüchig wird, kann es sich um eine Nagelpilzinfektion handeln. Nagelpilz ist für viele ein leidiges Thema. Warum? Es dauert Monate bis die Infektion ausgeheilt ist. Auch ist eine Vorbeugung von Nagelpilz nicht leicht. Die Pilzinfektion kann nämlich immer wieder kommen. Bei Nagelpilzinfektionen ist Ausdauer und Geduld gefragt bis der betroffene Nagel wirklich wieder frei vom Erreger ist. Wie das gelingt, welche Hausmittel sich dafür eignen und mit welchen effektiven Mitteln du sonst noch den Nagelpilz behandeln kannst, erfährst du hier.

### Nagelpilz mit Hausmitteln behandeln – Fluch oder Segen?

Fuß- und Nagelpilz vorbeugen ist gar nicht so einfach. Denn Nagelpilz, auch Nagelmykose oder Onychomykose genannt, ist am Anfang beinahe unsichtbar. Er verursacht auch keine Schmerzen und schränkt nicht die Lebensqualität ein.

Erst wenn Betroffene die ersten optischen Symptome wie Verfärbungen oder Flecken auf einem Teil des Nagels bemerken, hat der Pilz bereits Schäden an der Keratinschicht des Nagels angerichtet. Oft wird man dann erst aktiv und versucht den Nagel noch zu retten bevor er ganz befallen ist und sich vom Nagelbett löst.

Viele versuchen am Anfang eine Behandlung mit Hausmitteln bevor sie zur Apotheke oder zum Arzt gehen. Bist du auch davon ein Fan? Besonders im Anfangsstadium, wenn sich der Nagelpilz noch nicht komplett auf den Nägeln ausgebreitet hat, greifen viele zu Substanzen, die schon seit Jahrhunderten zum Erfolg führen sollen und sogar Nagelpilz vorbeugen können.

## Hausmittel vs. Mittel aus der Apotheke zur Nagelpilzbehandlung

Wie du siehst, gibt es allerhand Hausmittel, die gegen Nagelpilz wirken sollen. Berücksichtige aber, dass die Wirksamkeit nicht medizinisch und wissenschaftlich belegt oder zumindest nicht ausreichend untersucht ist. Ob diese Mittel wirklich so gut helfen wie antimykotische Lacke, Lösungen, Cremes oder Tabletten vom Arzt oder Apotheker ist fraglich, da sie nicht so tief in die Nagelplatte eindringen und somit gar nicht richtig mit dem Pilz in Kontakt kommen. Da ist oftmals eine lokale Nagelpilz-Behandlung mit Antipilz-Nagellack oder -Creme effektiver. In leichteren Nagelpilzfällen kann diese Art der Selbstbehandlung ausreichen, wenn maximal die Hälfte der Nagelfläche befallen ist und die Nagelwurzel nicht infiziert ist – sprich der Bereich, wo die Nagelplatte gebildet wird. Bist du bei der Nagelpilz Diagnostik unsicher, solltest du lieber einen Arzt um Rat fragen.



### Behandlung von Nagelpilz – Wann zum Arzt?

Eine Selbstmedikation mit Hausmitteln bei Nagelpilz ist oft die erste Wahl. Wenn die Erkrankung immer wieder – trotz kontinuierlicher Behandlung – voranschreitet und auch rezeptfreie Antimykotika, also lokale Arzneimittel gegen eine Nagelpilz Infektion aus der Apotheke, wie zum Beispiel eine Creme oder ein Lack, nach vier Wochen keine Besserung bringen, solltest du ärztliche Hilfe in Anspruch nehmen. Hier bist du bei deiner hausärztlichen Praxis gut aufgehoben. Ist deine Pilzerkrankung weiter vorangeschritten, ist der Hautarzt der richtige Ansprechpartner für weitere Informationen und zur Bestimmung der Pilzfamilie.

## Auslöser des Nagelpilzes

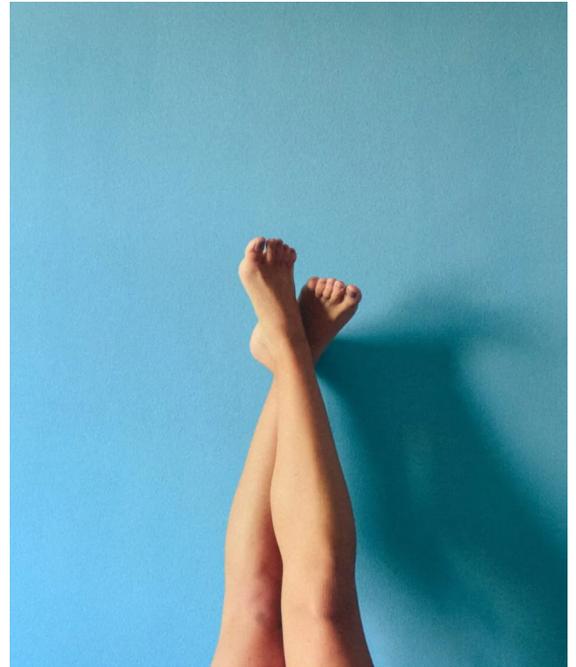
Apropos Pilzfamilie: Auslöser ist meist ein Fadenpilz, nur selten sind Hefe- oder Schimmelpilze für die Infektion verantwortlich. Etwa 82 Prozent aller Betroffenen zeigen diese Art von Nagelpilz.

Der Pilz dringt durch kleinste Hautrisse an deinem Nagelbett ein und verbreitet sich von der Unterseite in Richtung Nagelwurzel. Zehennägel sind dabei übrigens 4 mal häufiger von der Infektion betroffen als Fingernägel. Vor allem die großen Zehen machen oft Ärger.

Dass die Füße so oft betroffen sind, hat folgende Gründe:

Deine Füße sind einer großen mechanischen Belastung ausgesetzt. Dadurch kommt es eher zu winzigen Verletzungen, die Pilzen als willkommene Eintrittspforte dienen. Pilze finden ein feucht-warmes Milieu großartig und fühlen sich dort pudelwohl. Dieses Klima bedienen eher deine Füße als deine Hände, wenn du in deinen Schuhen oder Socken schwitzt.

Bleibt die Nagelpilzinfektion, egal ob an den Füßen oder Händen, unbehandelt, kann dies zur kompletten Zerstörung der Nägel führen. Deswegen ist es so wichtig frühzeitig eine medizinische Therapie zur Eindämmung der Erreger zu beginnen.



## Was macht der Arzt bei einer Nagelpilz Behandlung?

Vor dem Arztbesuch solltest du keine Medikamente, wie eine Creme oder einen Lack auf die Nägel auftragen, da sie das Ergebnis verfälschen können. Auch sollten Frauen auf farbigen Nagellack verzichten, auch wenn dieser wunderbar den Nagelpilz – zumindest optisch – vertuschen lässt. Der Ablauf beim Arzt ist dann meist wie folgt:

### Das Nagelpilz Gespräch

Gehst du zum Arzt, wird dieser als erstes deine Krankengeschichte besprechen. Dazu fragt der Arzt nach Symptomen, Grunderkrankungen und Lebensumständen, die für die Diagnose relevant sein können.



## Die Nagelpilz Untersuchung

Nach dem Gespräch folgt die genaue Untersuchung, indem der Arzt den betroffenen Nagel und das umliegende Gewebe begutachtet.

Hast du eine verdickte, verfärbte Nagelplatte, ist das oft ein deutlicher Hinweis auf einen Nagelpilz. Für die genaue Abklärung der Nagelveränderungen wird dann der betroffene Bereich mit Alkohol desinfiziert und ein wenig Hornschicht abgeschabt. Die Nagelspäne kann so im Labor untersucht werden.

## Die Nagelpilz Diagnose

Durch die Untersuchung der Nagelspäne im Labor kann herausgefunden werden, um welche Art des Pilzes es sich genau handelt, wie stark die Nagelplatte angegriffen ist und in welchem Stadium die erkrankten Nägel sich befinden. Bei der Auswahl eines geeigneten Wirkstoffes gegen deinen Nagelpilz berücksichtigt der Arzt dann den genauen Erregertyp sowie weitere Faktoren.

## Medikamente zur Nagelpilzbehandlung

Dabei werden Pilzinfektionen in drei Stadien unterteilt, bei denen am Anfang noch

- ein antimykotischer Antipilz-Nagellack,
- eine Creme
- oder ein Spray

helfen können.

Im zweiten und dritten Stadium ist bereits eine medikamentöse Behandlung mit Tabletten nötig, um den Erreger einzudämmen. Hier kannst du dir ein effektives Breitband-Antimykotikum vom Arzt verschreiben lassen.

Zur Behandlung von Infektionen der Fußnägel müssen die Tabletten mindestens drei Monate lang eingenommen werden.

Bei einem Nagelpilz an der Hand können bereits 6 Wochen ausreichen.

Übrigens kann die Therapie mit Tabletten mit einer zusätzlichen äußerlichen Nagelpilzbehandlung, wie mit Nagellacken oder Hausmitteln, gekoppelt werden. Allerdings ist immer Geduld bei der Behandlung gefragt. Denn alle Therapien der Infektion sollten so lange fortgesetzt werden, bis die Nägel gesund nachgewachsen sind und die Pilzinfektion nicht mehr zu sehen ist. Das dauert an den Zehen mindestens 6 Monate, kann sich aber auch ein Jahr und länger hinziehen.



### Folgende Punkte können ebenfalls einen Nagelpilz begünstigen:

- Schwaches Immunsystem
- Schweißfüße durch ein geschlossenes Milieu in deinen nicht atmungsaktiven Schuhen
- Fußpilz
- Schuppenflechte
- Verletzungen der Nägel, besonders der Fußnägel
- Zu enge Schuhe oder auch Leihschuhe bei manchen Sportarten, wie beim Skifahren
- Schlecht durchblutete Füße und Beine aufgrund von Gefäßkrankheiten oder Diabetes mellitus

Falls du also zu Fußpilz neigst, dir bei sportlichen Aktivitäten die Schuhe mit anderen Sportler:innen teilst oder ihr in der Familie eine Nagelschere für alle Personen habt, ist es ratsam die Schuhe und Gegenstände mit einem sporenabtötenden Spray zu desinfizieren. Das gilt auch für andere infizierte Artikel wie Handtücher und Socken. Wasche diese bei mindestens 60 Grad in der Waschmaschine und ergänze die Wäsche zusätzlich mit einem pilzabtötenden, flüssigen Hygiene-Wäschespüler.

### Mögliche Ursachen: Woher kommt der Nagelpilz?

Des Weiteren ist es wichtig mit dem Arzt über mögliche Ursachen zu sprechen, warum es zur Infektion der Finger- und Fußnägel kommen konnte. Denn die Ansteckung mit Nagelpilz erfolgt von Mensch zu Mensch, wobei hierfür kein direkter Kontakt mit der infizierten Stelle erforderlich ist. Pilzsporen lauern nämlich überall – vor allem in feucht-warmer Umgebung. Deshalb sind auch Saunen, Schwimmbäder, Dampfbäder und Gemeinschaftsduschen häufig Orte der Ansteckung. Läufst du hier barfuß, riskierst du den Befall durch einen Fußnagelpilz.

Möglich ist auch, dass eine infizierte Person aus deiner Familie dich ansteckt, indem die Person barfuß durch die Räume läuft oder dieselben Handtücher oder dieselbe Nagelschere wie du verwendet. Da Krankheiten, wie Nagelpilz an Händen und Füßen durch dieselben Erreger verursacht werden, ist es auch möglich, dass sich Pilze von einem Familienmitglied mit infizierten Fußnägel über die gemeinsam benutzte Nagelschere auf die Fingernägel einer anderen Person übertragen. Manchmal reicht es nur schon infizierte Socken anzufassen, um Nagelpilze zu übertragen.



## Effektive Behandlung mit langfristiger Wirkung: Nagelpilz Lösungen aus der Apotheke

Gut Ding will Weile haben – so auch bei Nagelpilz Infektionen. Wer den Nagelpilz wirksam behandeln möchte, muss die Therapie konsequent anwenden – ohne wenn und aber.

Damit der pilzabtötende Wirkstoff tief in den betroffenen Nagel und die Nagelplatte dringt, ist ein Art Transportmittel unverzichtbar, da die Nägel aufgrund ihrer Beschaffenheit kaum durchlässig sind. Hier ist als Therapie, wenn die Symptome noch nicht all zu stark auf den Nägeln ausgeprägt sind, eine Nagelpilz Lösung zur Behandlung der Pilze zu empfehlen.

Wenn der Lack, wie in der Packungsbeilage beschrieben, regelmäßig über einen längeren Zeitraum hinweg angewendet wird, kannst du die Pilzinfektion in den Griff kriegen.

Der Vorteil vom Lack: Nagellacke bekämpfen den Pilz an der Nagelplatte und -wurzel. So enthält zum Beispiel die N1 Nagelpilz Lösung eine einzigartige Rezeptur, die an Finger- und Fußnägeln gleichermaßen angewendet werden kann. Die Rezeptur enthält den patentierten Wirkstoff ISK1320.

Der medizinische Nagellack mit 10 ml Inhalt zieht nach dem Auftragen mit dem praktischen Applikatorpinsel sofort ein und schafft so auf der Nageloberfläche eine ungünstige Umgebung für das Wachstum und die Ausbreitung der Pilze.

Die in der N1 Nagelpilz Lösung enthaltenen ätherischen Öle sorgen zudem für gesunde, schöne, und gepflegte Nägel, die zusätzlich die Haut um den Nagel und das Nagelbett pflegen.

Wer ergänzend auch noch den betroffenen Nagel mindestens einmal pro Woche anfeilt, beschleunigt den Prozess.

## Nagelpilz behandeln für langfristig schöne Nägel

Fakt ist, dass Nagelpilz nicht von selbst verschwindet. Eine Behandlung der Infektion ist daher nicht nur angeraten, sondern notwendig, damit die Gesundheit der Nagelsubstanz und deine persönliche gewährleistet ist. Auch wenn der Heilungsprozess sehr lange dauert und du im gesamten Zeitraum der Behandlungen infektiös bist, ist es wichtig konsequent zu bleiben, damit du wieder schöne und gesunde Finger- und Fußnägel hast – und zwar Dauerhaft.



## Nagelpilz vorbeugen

### How To: Nagelpilz vorbeugen - die besten Tipps zur Prävention

Nagelpilz (von onycho = Nagel und Mykose = Pilzkrankung) ist immer eine unschöne Angelegenheit. Meist ist er eine Folge von unbehandeltem Fußpilz und kann sich ohne beharrliche Therapie zu einem langwierigen Ärgernis entwickeln. Obwohl dieses Thema nur selten und oft ungerne gesprochen wird, leiden Erhebungen zufolge etwa 2 bis 12% der Bevölkerung unter einer Infektion ihrer Nägel. Ältere Menschen sind häufiger betroffen als junge. Betreffen kann Nagelpilz jedoch jeden. Wie lässt sich Nagelpilz am effektivsten behandeln? Und wie lässt sich Nagelpilz vorbeugen? Um diese Fragen zu beantworten, ist es zunächst wichtig, sich mit der Entstehung und dem Verlauf von Nagelpilz zu beschäftigen.



## Die wichtigsten Fakten zu Nagelpilz

### **Zehennägel sind 4 mal häufiger betroffen als Fingernägel**

Der Befall der Zehen kann sich aber auf die Fingernägel ausweiten, wenn keine hygienischen Maßnahmen ergriffen werden. Die Behandlung eines betroffenen Nagels sollte deshalb am besten mit Handschuhen erfolgen. Vor und nach der Bandlung sollten die Hände gewaschen und gründlich desiniziert werden.

### **Das Krankheitsbild ist abhängig von der Pilzarzt**

In fünf bis zehn Prozent der Fälle ist ein Hefepilz Auslöser der Infektion mit Nagelpilz. Fünf Prozent der Fälle sind auf Schimmelpilzerreger zurückzuführen. Der Haupterreger ist jedoch ein Fadenpilz namens *Trichophyton rubrum*. Ihm liegen etwa 80% der Erkrankungen zugrunde.

### **Die Behandlung dauert im Durchschnitt ein halbes Jahr**

Tatsächlich beendet ist die Infektion, wenn der gesamte Nagel gesund nachgewachsen ist. Bei Fußnägeln kann das bis zu einem Jahr dauern. Werden keine weiteren Maßnahmen ergriffen, kann es immer wieder zu einer Reinfektion kommen. Welche Maßnahmen das sind, wird im Abschnitt „Nie wieder Nagelpilz: 5 Tipps, um Pilzinfektionen vorzubeugen“ erläutert.

### **Bei mehr als 50% Befall erfolgt eine orale Behandlung**

Wenn die äußere Behandlung von betroffenen Nägeln keinen Erfolg mehr hat, müssen Betroffene verschreibungspflichtige Medikamente einnehmen, die die Symptome von innen lindern. Diese werden vom Hausarzt verschrieben.

### **Pilze vermehren sich in feuchter Umgebung**

Ein Fakt, der den meisten Menschen bekannt sein dürfte. Feuchte Umgebungen bieten ideale Vermehrungsmöglichkeiten für Pilzsporen. Umso wichtiger ist es, Fuß und Zehen nach dem duschen, baden und schwimmen richtig abzutrocknen.

### **Die Pilzerkrankung ist hochansteckend**

Nagelpilz ist, wie auch Fußpilz, hochansteckend. Er gilt zwar nicht als gefährlich, jedoch birgt er das ständige Risiko einer Übertragung. Nicht nur auf andere, sondern auch auf weitere eigene Körperregionen. Da der Pilz in günstiger Umgebung lange überleben kann, ist eine direkte und indirekte Übertragung möglich.

### **Während einer Infektion muss auf kosmetischen Nagellack verzichtet werden**

Nagellack verhindert, dass der Nagel mit genügend Sauerstoff versorgt werden kann.

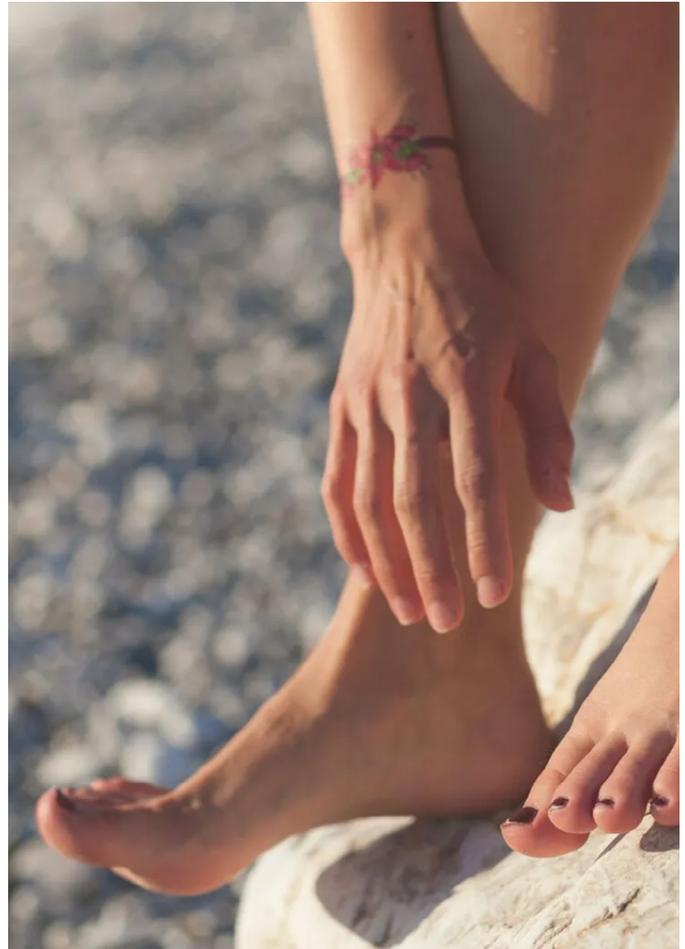
Entgegen der weit verbreiteten Annahme ist Fußpilz nicht ausschließlich Anzeichen für mangelnde Hygiene. Diese spielt zwar eine Rolle, aber die Ursachen für eine Ansteckung sind vielfältig und können jeden Menschen ungeachtet seines Alters betreffen.

## An diesen Merkmalen lässt sich Nagelpilz erkennen

Die charakteristischen Merkmale, die an betroffenen Nägeln zu beobachten sind, sind:

- der betroffene Nagel erscheint matt und glanzlos
- es können Verformungen der Nägel auftreten
- weiße Streifen oder Flecken (auch gelbe, grüne oder braune Verfärbungen) treten auf
- die Nagelplatte ist spür- und sichtbar verdickt
- die oberste Schicht des Nagels wird rau und rissig
- Schichten des Nagels splintern
- die Nagelhaut entzündet sich
- der Nagel hebt sich vom Nagelbett
- nicht abheilende Nagelbettentzündungen sind Anzeichen für Nagelpilz

Eines oder mehrere dieser Symptome können eine Therapie notwendig machen. Einige Anzeichen, die auf Nagelpilz hinweisen können, können auch auf eine andere Erkrankung des Nagels hindeuten. Für den Laien nicht zu unterscheidende Symptome bringt zum Beispiel Nagelpsoriasis mit sich. Sie ist Teil einer Schuppenflechte-Erkrankung. Für absolute Sicherheit ist eine ärztliche Konsultation ratsam.



## Der typische Verlauf von Nagelpilz

Nagelpilz beginnt typischerweise an einem einzigen Nagel und breitet sich, solange er unbehandelt bleibt, von dort auf weitere Nägel aus. Je weiter die Krankheit fortschreitet, desto sichtbarer verschlechtert sich der Zustand der Nägel und der umliegenden Haut. Im weiteren Verlauf kann das zu Schmerzen der Füße beim Gehen führen. Spätestens jetzt ist ein Arztbesuch unumgänglich, um mögliche Folgeschäden zu vermeiden. Der poröse Nagel bietet dem empfindlichen Nagelbett kaum Schutz. Sein Zerfall kann zu Erkrankungen wie dem Eindringen von Bakterien, schmerzhaften Entzündungen und Eiterbildung führen.

### Die vier unterschiedlichen Formen von Nagelpilz

Nagelpilz ist nicht gleich Nagelpilz. Anhand der unterschiedlichen Erscheinungsformen lässt sich die passende Unterkategorie bestimmen.

#### **Distolaterale subunguale Onychomykose (DSO)**

Hier sind vor allem die Zehenspitzen betroffen. In der Regel verbreitet sich der Nagelpilz vom Spalt zwischen Nagel und Nagelbett und breitet sich von dort aus unter dem gesamten Nagel aus.

#### **Proximale subunguale Onychomykose (PSO)**

Der Pilz breitet sich vom Nagelbett in die Nagelplatte aus. Das kann eine Störung des Wachstums zu Folge haben.

#### **Totale dystrophische Onychomykose (TDO)**

In diesem Fall ist bereits der gesamte Nagel vom Nagelrand über die Nagelplatte vom Pilz befallen. Die totale Onychomykose tritt bei Nägeln ein, an denen ein Nagelpilz lange unbehandelt bleibt.

#### **Weißer oberflächlicher Onychomykose (WSO)**

Dieser Nagelpilz befällt den betroffenen Nagel nur oberflächlich. Die Form von Onychomykose ist allerdings sehr selten. Außer einigen weißen Stellen hat sie keinerlei Einfluss auf den Nagel.



## Bekannte Ursachen von Nagelpilz

Um einem Nagelpilz erfolgreich vorbeugen zu können, steht zunächst die Ursache im Mittelpunkt. Was löst den lästigen Pilz aus? Die Gründe für eine Infektion sind vielfältig. Die folgende Liste deckt die häufigsten bekannten Ursachen von Nagelpilz ab.

- Bakterien in den Socken

Socken, die nicht täglich gewechselt oder falsch gewaschen werden, können der Grund für einen Nagelpilz sein. Auch das falsche Material hat Einfluss auf die Gesundheit von Fuß und Nagel.

- Das Schuhwerk hat keine gute Qualität

Füße müssen atmen können. Feucht-warmes Klima eignet sich hervorragend für Erreger. Geschlossene Schuhe, die keine Luftzirkulation erlauben, sind Wegbereiter für eine Infektion.

- Übertragung der Pilzsporen in öffentlichen Schwimmbädern

Barfuß laufen gilt als gesund. Das gilt allerdings nicht für jeden Lebensbereich. Wer in öffentlichen Bädern keine Badeschlappen trägt, kann sich schnell einen Fuß und Nagelpilz zuziehen.

- Mangelnde Fußhygiene

Besonders für Menschen, die aufgrund einer Vorerkrankung oder ihres Alters nicht mehr in der Lage sind, sich ausreichend um ihre Füße zu kümmern, laufen Gefahr, Nagelpilz zu bekommen.

- Das Klima in Turnhallen, Umkleieräumen und Duschen

Umkleiden in Fitnessstudios sind hoch frequentiert und bieten perfekte klimatische Voraussetzungen für die Übertragung und Ansteckung von Nagelpilz.

## Risikogruppen: diese Menschen sind besonders gefährdet

Ältere Menschen sind aufgrund von Vorerkrankungen, die das Immunsystem schwächen gefährdeter, sich mit dem Pilzerreger zu infizieren.

Faktoren wie eine schlechte Durchblutung oder einzunehmende Medikamente, die die natürliche Abwehr des Körpers unterdrücken, machen eine Erkrankung ebenfalls wahrscheinlicher.

Hinzu kommt, dass ältere Menschen oft körperlich nicht mehr dazu im Stande sind, sich selbst um ihre Füße zu kümmern. So wird ein Befall oft erst in fortgeschrittenem Stadium entdeckt, beispielsweise durch eine medizinische Fußpflege.

Einige der genannten Faktoren treffen auch auf Diabetiker:innen zu. Hinzu kommt eine Sensibilitätsstörungen im Fußbereich. Durch sie werden Verletzungen schwerer wahrgenommen. Diese bieten jedoch Erregern die perfekte Möglichkeit, einzudringen und der Pilz breitet sich ungehindert aus.

Wie der Liste der Ursachen zu entnehmen, zählen Sportler:innen ebenfalls zu der Risikogruppe für Nagelpilz. Ebenfalls betroffen sind einige Berufsgruppen, bei denen es zu schwerer körperlicher Arbeit kommt. In Kombination mit schwerem Schuhwerk, wie zum Beispiel verstärkten Sicherheitsschuhen, kommt es zu einem ungünstigen Fußklima.

Weitere Krankheiten, die Nagelpilz auslösen können, sind Schuppenflechte oder Melanome im Nagelbereich. Fußfehlstellungen, die zu entzündeten Stellen, Verformungen der Zehen und erschwertem Zugriff auf den Zehenzwischenraum führen, sind ein weiterer Grund für ein erhöhtes Risiko.



- Erhöhte Schweißabsonderung beim Sport

Beim Sport kommen hohes Schweißaufkommen und eventuelle Verletzungen an den Füßen zusammen und kreieren so potentiellen Nährboden für Nagelpilz.

- Mikroverletzungen

Kleine Verletzungen, die mit dem bloßen Auge nicht zu erkennen sind, bieten ideale Voraussetzungen für eine Pilzinfektion. Joggen, Wandern und Fußballspielen sind besonders häufig für diese kleinen Wunden verantwortlich.

- Die Sauna

Die Sauna ist aufgrund des Klimas und vieler Barfußläufer ein ebenso risikoreicher Ort wie ein öffentliches Schwimmbad.

- Schuhgeschäfte sind ein Ansteckungsrisiko

Bei der Anprobe der Schuhe tragen nicht alle Menschen Socken. Und selbst diese schützen nicht zu hundert Prozent vor einer Pilzinfektion.

- Belastete Textilien wie Badvorleger und Handtücher

Wer sich in einem Haushalt Textilien teilt, erhöht das Risiko einer Übertragung von Nagelpilz. Pilzsporen können darauf mehrere Wochen überleben.

- Geliehene Schuhe bei sportlichen Aktivitäten

Das Ausleihen von Schuhen ist zum Beispiel beim Schlittschuhfahren oder Bowling nicht immer vermeidbar. In Leihschuhen befinden sich jedoch nachweislich häufiger eine hohe Belastung durch Pilzsporen.



### **Behandlung von Nagelpilz: selbst behandeln oder direkt zum Arzt?**

Eine Selbstbehandlung ist möglich, solange keine Schmerzen verursacht werden und nicht der gesamte Nagel betroffen ist. Ist bereits die Hälfte des Nagels betroffen, ist die Behandlung mit Hilfe von Tabletten notwendig.

Produkte zur Selbstanwendung sind in jeder Apotheke und in vielen Drogerien erhältlich. Sie sind nicht verschreibungspflichtig. Gerne verwendet werden farblose Nagellacke, die die Wirkstoffe Amorolfin oder Ciclopirox enthalten. Durch diese wird das Wachstum des Pilzes gehemmt und der Pilz schließlich abgetötet. Die Behandlungsdauer kann sich bis über ein Jahr erstrecken.

Spezielle Cremes wirken der Erkrankung äußerlich entgegen. Die Kombination aus Urea und Bifonazol verspricht schnelle Linderung. Die Behandlungsdauer umfasst circa 14 Tage.

Erste Anlaufstelle mit einem Nagelpilzverdacht ist der Hausarzt. Auch, um den Fortschritt der Therapie und die Erfolgsaussichten dieser im Blick zu behalten, ist eine Konsultation sinnvoll. Gegenbenfalls wird der Arzt zu einer neuen Behandlungsform raten.

Wer sich zu einer Selbstbehandlung entschließt, muss bedenken, dass der Erreger über Monate hinweg auf Textilien und Schuhen überleben kann. Eine Behandlung kann langfristig nur erfolgreich sein, wenn die Pilzsporen in der gesamten Wohnung entfernt worden sind. Werden sie es nicht, kann es immer wieder zu einer Reinfizierung kommen.

Von einer Heilung spricht man bei einem vollständigen Nachwachsen des Nagels: an den Füßen kann das 9 bis 12 Monate dauern.

## Gefahren von Nagelpilz

Nicht nur die Ausbreitung auf weitere Nägel kann die Folge einer Nichtbehandlung von Nagelpilz sein. Die Sporen können sich auf andere Körperregionen, wie z.B. der Leistenregion, ausbreiten und dort eine Infektion verursachen. Deshalb wird Betroffenen geraten, die Socken immer vor der Unterwäsche anzuziehen, um das Risiko einer Verbreitung zu minimieren.

Bakterielle Infektionen werden durch Nagelpilz begünstigt. Eventuell wird eine Behandlung mit Antibiotikum notwendig.



## Hausmittel für befallene Nägel: so sinnvoll sind sie

Viele Menschen schwören auf heimische Mittel. Wer sich nach schneller Hilfe im Kampf gegen den hartnäckigen Nagelpilz im Internet umsieht, stößt auf eine Vielzahl vermeintlich hilfreicher Tipps.

Ob Apelessig, Essigessenz, Zitrone oder Teebaumöl, Therapien mit nicht medizinischen Produkten ersetzen keinen ärztlichen Rat. Im schlimmsten Fall können sie ein bestehendes Problem verschlimmern. Ob sie tatsächlich einen positiven Einfluss auf den Verlauf von Nagelpilz haben, ist nicht belegt.

Empfohlene Fußbäder aus Salbei, Ringelblume und Rosmarin schaden der Fußgesundheit sicher nicht. Jedoch sollte man es nicht dabei belassen, wenn es um die Behandlung der befallenen Nägel geht.

Heimische Mittel können mehr schaden als dass sie zu einer Linderung beitragen. Zusammenfassend ist zu sagen, wer den Nagelpilz nachweisbar wirksam und erfolgreich bekämpfen möchte, sollte auf medizinische Mittel aus der Apotheke oder der Drogerie zurückgreifen und den Hausarzt konsultieren.

## Nie wieder Nagelpilz: 4 Tipps, um Pilzinfektionen vorzubeugen

Nagelpilz ist lästig und erfordert eine gründliche und zeitintensive Therapie. Um Nagelpilz vorbeugen zu können, bieten sich diese fünf Maßnahmen an:



### 1 - Socken und Handtücher bei mindestens 60 Grad waschen

Die hohe Temperatur tötet die Sporen ab. Für Textilien, die für eine so heiße Wäsche ungeeignet sind, empfiehlt sich die Verwendung von Hygienespüler. Dieser ist auch bei niedrigeren Temperaturen effektiv.



### 2 - Schuhe regelmäßig lüften

Nicht selten können Pilzsporen über Monate im Schuh überleben. Lüften und desinfizieren sollte deshalb zur Routine gehören. Insbesondere Sportler sollten zudem über mehrere Paar Schuhe verfügen, die sie im Wechsel tragen können. Auf das Tragen von geschlossenen Schuhen kann man zum Beispiel in der Freizeit so oft es geht verzichten.



### 3 - Barfuß laufen in öffentlichen Bereichen vermeiden

Aufgrund der Resistenz von Pilzerregern ist es sinnvoll, auf das Barfuß laufen zu verzichten. Badeschlappen eignen sich sowohl für öffentliche Bäder, als auch in Saunen oder Hotels. Allerdings sollten die Schlappen regelmäßig ausgetauscht und nach jeder Benutzung gereinigt und desinfiziert werden.



### 4 - Atmungsaktive Schuhe und Socken tragen

Es kommt auf die richtigen Materialien an. Socken aus Baumwolle lassen die Füße atmen. Synthetik sollte aus der Sockenschublade verbannt werden. Schuhe aus hochfunktionellem Gewebe erlauben eine Zirkulation der Luft, sodass die Füße weniger schwitzen.