

Therapiebegleitende Fußpflege bei Nagelmykosen



Die Podologische Behandlung hat einen hohen Stellenwert bei der Therapie von Nagelpilz. Nahezu täglich kommen Personen in die Praxis, die sich eine Heilung „wie von Zauberhand“ erhoffen.

Das mechanische Abtragen ist ein wichtiger Faktor, der allerdings nicht allein für den Erfolg ausschlaggebend ist, sondern in erster Linie die Basis für die lokale Therapie darstellt. Welche Nagelbearbeitung ist empfehlenswert, um mit den Betroffenen die bestmögliche Regeneration zu erreichen?

Aufklärung und Planung

Jede Infektion sollte behandelt werden, um die Ausbreitung und Zerstörung der Nagelplatte zu verhindern. Eine Nagelmykose ist aber keine „schnelle Sache“, sondern eher ein Dauerlauf über viele anstrengende Etappen. Und genau wie beim Dauerlauf sind die Eigenmotivation und die Planung der Etappen entscheidend, um ins Ziel zu kommen.

Aus diesem Grund ist es wichtig, einen Therapieplan zu erstellen. Patienten benötigen ein realistisches Bild vom Therapieaufwand, da Behandlungsfehler und Unterbrechungen im schlimmsten Fall zu Resistenzen führen können- oder auch zur Unzufriedenheit der Betroffenen.

Ein zeitlicher Rahmen ist wichtig

Jahrelanges Abschleifen der Nägel führt zu Folgekomplikationen, zur Deformierung der Zehenkuppe und Nagelwachstumsstörungen. Bei jedem Schritt schiebt sich mit dem Abrollen das Weichteil nach oben und behindert bei längerem Bestehen das Längenwachstum der Nagelplatte. Die Folge ist ein verdickter, verkümmerter Nagel.

Aus diesem Grund sollte eine Nagel-Sanierung einen zeitlichen Rahmen haben; in der Regel ist das ein Wachstumszyklus der Nagelplatte. In dieser Zeit kann entweder ein Erfolg mit dem Herauswachsen gesunden Materials beobachtet werden, oder die Therapie wird abgebrochen und ein neuer Anlauf unternommen.

Wie viel Abtragen?

Das Abschleifen oder keratolytische Abtragen der Nagelplatte verfolgt zwei Ziele:

1. das infektiöse Material zu entfernen, um eine Reinfektion zu vermeiden;
2. das Eindringen von Wirkstoffen zu erleichtern, um möglichst wenig kontaminierte Barriere zu haben.

Dazu sollten die erkennbaren Herde vollkommen abgetragen werden, wenn erforderlich bis zum Nagelbett. Dieser Prozess kann unangenehm sein, weil bei längerem Fräsen Hitze und mechanischer Reiz entsteht.

Was hilft, wenn das Abschleifen unangenehm ist?

- Gutes Vorweichen: das Abtragen kann zuhause mit einem Nagelweicher (z.B. [GEHWOL Nagelweicher](#)) oder einer feuchtigkeitsspendenden Nagelsalbe (z.B. [GEHWOL med Nagel- und Hautschutz-Creme](#)) vorbereitet werden; vor dem Fräsen gut mit Hornhautweicher (z.B. [GEHWOL Hornhautweicher](#)) oder Antiseptikum (z.B. [Octenisept](#)) vorweichen!
- Die Behandlung selbst muss in kurzen, präzisen Etappen mit hoher Umdrehungszahl und dosiertem Druck erfolgen, um schnell zum Ziel zu kommen. Keine Angst vor schnellen Touren!
- Hartmetallfräser in grob oder supergrob sind eine gute Wahl für große Flächen, kleine Mykoseherde lassen sich gut mit einem Kugel- oder Rosenfräser mit Hartmetallverzahnung ausräumen.

Lokale Behandlung

Wenn die Nagelplatte vorbereitet wurde, wird mit einem lokalen antimykotischen Wirkstoff behandelt. Dabei kommt es wesentlich auf die Mitarbeit und engmaschige, regelmäßige Anwendung an. Das ist gar nicht so leicht, denn nicht alle Tinkturen und Lacke sind anwenderfreundlich. Je einfacher, großflächiger und wirkstoffreicher die Applikationsform ist, desto wahrscheinlicher ist der Erfolg. Denn das Ziel wird nur erreicht, wenn die Behandlung problemlos über einen Wachstumszyklus hinaus durchgehalten werden kann.

Prognose

Eine realistische Aufklärung ist das A und O, um dem Nagelpilz den Garaus zu machen.

Prognose günstig	Prognose eher ungünstig
Schnelles Nagelwachstum, gute Durchblutung	Langsames oder erloschenes Nagelwachstum, degenerative Veränderungen, vorgeschädigte Nagelplatte, Durchblutungsstörungen, chronische Grunderkrankungen
Infektionsherd an der distalen Nagelplatte, wenig Befall, kurze Infektionsdauer	Ausgedehnter Befall, Befall im proximalen Nagelanteil, Beteiligung der Cuticula und der Matrix, langjähriger Befall
Gute Mitarbeit und Vorsorge vor Reinfektion möglich	Immobilität, Hindernisse bei der Mitarbeit, sehr lange Sanierungsphase
Nachbehandlung / Vorbeugen einer Reinfektion: Kontaminierte Materialien im häuslichen Umfeld entsorgen (Schuhwerk, Einlagen, Matratze). Hygieneregeln beachten: Badeschuhe, Haut- und Nagelpflege (z.B. GEHWOL med Nagel- und Hautschutz-ÖL mit pilzhemmendem Clotrimazol), atmungsaktive Materialien	

Zusammenfassung

Die begleitende Behandlung bei Nagelpilz ist keine Kleinigkeit. Gezieltes und schonendes Abtragen, motivierende und trotzdem realistische Beratung, Unterstützung bei der Heimbehandlung und Erhalten des Ergebnisses sind auch für Fußprofis immer wieder eine Herausforderung. Umso schöner, wenn die gemeinsame Mühe belohnt wird und die Nägel wieder gesund und widerstandsfähig wachsen!

Unsere Autorin



Anja Stoffel

Physiotherapeutin und Podologin B.Sc. und sek. HP

Fachdozentin und Praxisanleiterin für Berufe im Gesundheitswesen, Karlstein

www.podovision.de

Kopfsachen für Fußmenschen