

INFORMATIEFOLDER: Behandeling van kalknagels (schimmelnagels)

Onychomycose is de wetenschappelijke naam voor de aandoening die veroorzaakt wordt door een schimmelinfectie in de nagels. Het is een aandoening die nagels aantast die beschadigd zijn of die regelmatig blootgesteld worden aan een natte omgeving. Wat kun je doen aan nagelschimmel?

Candida is een van de meest voorkomende soorten schimmel die de nagels beïnvloedt waardoor er verkleuring ontstaat, van zwart tot groen of het bekende geel. Ook neemt de dikte van de nagel toe.

In de mildere vorm wordt het probleem vaak niet opgemerkt, doordat er geen symptomen zijn. **De infectie kan echter verergeren en pijnlijk worden. Er is zelfs kans dat de nagel vervormt en van de teen valt.**

Gelukkig zijn er een paar natuurlijke oplossingen die je zullen helpen om het genezingsproces te versnellen. Ook zullen ze het uiterlijk van de nagel verbeteren.

De combinatie van appelazijn en waterstofperoxide zorgt voor een krachtig antischimmelmiddel om schimmel te helpen verwijderen van de vinger- en voetenagels. De eigenschappen worden ook nog verbeterd als je er **90% ontsmettingsalcohol** aan toevoegt, dit is namelijk een antiseptisch middel dat vele soorten bacteriën kan bestrijden.

Ingrediënten:

- 60 ml appelazijn (verkrijgbaar bij drogist of supermarkt)
- 60 ml waterstofperoxide 3 % (verkrijgbaar bij drogist of supermarkt)
- 30 ml ontsmettingsalcohol 90 % (verkrijgbaar bij drogist of supermarkt)

Instructies:

Meng eerst alle ingrediënten in een glazen pot. Roer het vervolgens goed door en laat het een paar uur staan. Vul voor het dagelijks gebruik een pipetflesje met het mengsel. Druppel daarna 1 á 2 druppels hiervan op de nagels, het beste minimaal 2 x daags. Je

kunt ook een watje in het mengsel dopen en op de nagels aanbrengen. Goed laten drogen.

Herhaal deze behandeling iedere dag.

Verder is het belangrijk om

- Tussentijds de nagels door medisch pedicure te laten verdunnen.
- Dagelijks je voeten te wassen, goed te drogen en schone sokken aan te doen.
- Regelmatig wisselen van schoenen, ook deze behandelen met een antischimmelspray-of poeder (verkrijgbaar bij drogist of schoenmaker) en goed laten luchten!

Succes!!



VOETZORG JOLIE
Praktijk voor pedicure

Pomona 2
6681 PG Bommel
06 41606371