

Gesunde Nägel –
stark und schön

 PELPHARMA

Wie steht es um Ihre Nagelgesundheit?

In diesem Ratgeber erhalten Sie umfassende Informationen zu den Ursachen, Symptomen und Behandlungsmöglichkeiten von Nagelpilz sowie zu den präventiven Maßnahmen, um den Pilz rechtzeitig zu erkennen und künftigen Infektionen vorzubeugen.

Pilzinfektionen der Nägel sind eine weit verbreitete, jedoch häufig unterschätzte Erkrankung, die nicht nur ästhetische, sondern auch gesundheitliche Folgen haben kann. Besonders häufig tritt die Infektion an den Fußnägeln auf, sie kann jedoch auch die Fingernägel betreffen. Symptome wie Verfärbung, Verdickung und Brüchigkeit der Nägel können den Alltag erheblich beeinträchtigen. Die Infektion heilt nicht von selbst und ist zudem ansteckend.

Diese Broschüre enthält wertvolle Informationen für eine erfolgreiche Behandlung und dazu hilfreiche Tipps, wie Sie einer erneuten Infektion vorbeugen können. Geduld und Konsequenz sind jedenfalls entscheidend für Heilung und dauerhaft pilzfreie Nägel.

Wir wünschen Ihnen viel Erfolg bei der Behandlung und eine gesunde, pilzfreie Zukunft!

Ihr Pelpharma Team

Inhalt

Was ist Nagelpilz?	4
Warum ist die Behandlung so wichtig?	5
Wer ist besonders betroffen?	6
Behandlung mit Amykal® Tabletten	7
Behandlung mit Mytra® Hartkapseln	8
Tipps für gesunde und schöne Nägel	10
Fungalix Forte® Nagel Spray	12
PelNail® Nagellack	13
PelPen® Nagelbalsam	14
Fachinformationen	15



Was ist Nagelpilz?

Die wissenschaftliche Bezeichnung für Nagelpilz ist Onychomykose. Es handelt sich um eine ansteckende Infektion und keineswegs nur um ein kosmetisches Problem; mitunter ist die Lebensqualität beeinträchtigt.

Wie sieht eine Pilzinfektion aus?



Vor der Behandlung mit Terbinafin*



Nach 3 Monaten Terbinafinbehandlung*

Meist sind Pilzinfektionen am freien Nagelrand erkennbar: Dieser kann sich eintrüben, weiß, braun oder gelblich verfärbt sein. Manchmal ist der gesamte Nagel befallen. Unbehandelt führt eine Nagelpilzinfektion zu einer allmählichen Zerstörung der Nagelplatte.

Wie entsteht Nagelpilz?

Erreger des Nagelpilzes sind meist Fadenpilze oder Sprosspilze, die besonders im feuchtwarmen Klima gedeihen. Sie können von Mensch zu Mensch übertragen werden. Kleine Verletzungen des Nagels oder der Nagelhaut können dem Pilz den Eintritt in den Nagel zusätzlich erleichtern.

Pilze finden sich vorwiegend in öffentlichen Bädern, Saunen, Fitnessstudios und Duschen, in Umkleidekabinen von Sporteinrichtungen, in Hotelzimmern, Turnsälen usw. Pilze sind sehr widerstandsfähig und können je nach äußeren Bedingungen sehr lange überleben und ansteckend bleiben.

* Die Abbildungen wurden freundlicherweise von Univ.-Prof. Dr. Angelika Stary, Pilzambulatorium Floridsdorf, 1210 Wien, zur Verfügung gestellt.

Warum ist die Behandlung so wichtig?

Pilzinfektionen verschwinden nicht von alleine. Darum ist eine Behandlung von innen (Tabletten) und außen (Salbe, Creme, Spray oder Lack) wichtig!

Eine befriedigende Heilung bieten vor allem Tablettenkuren! Diese bekämpfen den Pilz von innen, wo er sich eingenistet hat – unter der Nagelplatte.

Substanzen, die von außen aufgetragen werden, unterstützen die orale Therapie.

Pilzinfektionen der Nägel sind nicht harmlos und stellen ein gesundheitliches Problem dar, wenn sie nicht ausreichend behandelt werden. Die durch Pilze hervorgerufenen Veränderungen an Nagel und Haut können zu weiteren Infektionen durch Bakterien führen.

Was eine Pilzinfektion verursachen kann:

- Schmerzen beim Gehen
- Ansteckungsgefahr für andere
- kosmetisch-optische Beeinträchtigung

Checkliste für die Vorbeugung:

- Ist mein körperliches Abwehrsystem in Ordnung?
- Habe ich eine Neigung zu Pilzinfektionen?
- Wann habe ich meinen Blutzuckerspiegel das letzte Mal untersuchen lassen?
- Wie sieht meine Durchblutung in den Füßen aus?

Wer ist besonders betroffen?

Nagelpilz ist eine weit verbreitete Erkrankung, die Menschen aller Altersgruppen betreffen kann. Bestimmte Personengruppen sind jedoch besonders gefährdet.

● Ältere Menschen

Mit zunehmendem Alter werden Nägel anfälliger für Verletzungen und Infektionen.

● Menschen mit geschwächtem Immunsystem

Bei Diabetes, HIV oder anderen chronischen Erkrankungen ist das Risiko höher, an Nagelpilz zu erkranken.

● Menschen mit Diabetes

Durchblutungsstörungen und eine schlechtere Heilung machen Diabetiker anfälliger für Pilzinfektionen.

● Sportlerinnen/Sportler

Schwimmbäder, Fitnessstudios und feuchte Schuhe sind die ideale Umgebung für eine Ansteckung mit Nagelpilz. Beim Sport werden zudem die Zehennägel stark beansprucht, kleinste Verletzungen fördern das Eindringen von Pilzen.

● Genetische Veranlagung

In manchen Fällen kann eine familiäre Veranlagung das Risiko steigern.



Es ist wichtig, Nagelpilz frühzeitig zu erkennen und zu behandeln. Wer zu einer dieser Risikogruppen gehört, sollte regelmäßige Vorsorgemaßnahmen treffen, um einer Infektion vorzubeugen.



Wie wird eine Nagelpilzinfektion mit Amykal® Tabletten behandelt?

Ihre Ärztin/Ihr Arzt hat Ihnen Amykal® Tabletten verordnet. Der wichtigste Schritt in Richtung einer erfolgreichen Therapie ist die regelmäßige Einnahme von Amykal® Tabletten. Diese wirken fungizid, töten also Pilzzellen ab und stellen somit eine wirksame Behandlung dar, besonders bei hartnäckigen, an mehreren Stellen auftretenden Nagelpilzerkrankungen. Darüber hinaus werden Infektionsherde bekämpft, die noch keine sichtbaren Symptome zeigen.

Falls nicht anders verordnet, wird 1 x täglich eine Tablette Amykal® unzerkaut mit viel Wasser vor oder nach einer Mahlzeit eingenommen.

Die Therapiedauer beträgt mindestens 3 Monate.

Können bei der Einnahme von Amykal® Tabletten Nebenwirkungen auftreten?

Bei jedem Arzneimittel kann es zu Nebenwirkungen kommen, so auch bei Amykal® Tabletten. Völlegefühl, Übelkeit, Magen-Darm-Beschwerden oder Appetitlosigkeit können gelegentlich auftreten, sind aber meistens vorübergehend und die Behandlung kann fortgesetzt werden.

In Einzelfällen berichten Patienten auch über Beeinträchtigungen des Geschmacksempfindens, die aber in der Regel einige Wochen nach Behandlungsende abklingen.

Bitte kontaktieren Sie bei Anzeichen von Nebenwirkungen Ihre Ärztin/Ihren Arzt!



Wie wird eine Nagelpilzinfektion mit Mytra® 50 mg Hartkapseln behandelt?

Ihre Ärztin/Ihr Arzt hat Ihnen Mytra® 50 mg Hartkapseln mit dem Wirkstoff Itraconazol verordnet. Dieser wirkt fungistatisch, hemmt also das Wachstum der Pilzzellen und stellt somit eine wirksame Behandlung dar, besonders bei hartnäckigen, an mehreren Stellen auftretenden Nagelpilzkrankungen. Darüber hinaus werden Infektionsherde bekämpft, die noch keine sichtbaren Symptome zeigen.

Die übliche Therapie ist die Einnahme von 2 x täglich einer Hartkapsel Mytra® 50 mg mit viel Wasser, unabhängig von einer Mahlzeit, über einen Zeitraum von 12 Wochen.

Alternativ dazu kann auch eine Pulstherapie verordnet werden mit 2 x täglich 2 Hartkapseln über einen Zeitraum von einer Woche – nach einer 3-wöchigen Pause folgt ein weiterer Zyklus von einer Woche, sofern nur die Fingernägel betroffen sind. Für befallene Zehennägel wird ein 3. Zyklus empfohlen.

Können bei der Einnahme von Mytra® 50 mg Hartkapseln Nebenwirkungen auftreten?

Bei jedem Arzneimittel kann es zu Nebenwirkungen kommen, so auch bei Mytra® 50 mg Hartkapseln. Zu den häufigsten Nebenwirkungen zählen unter anderem Kopf- und Bauchschmerzen oder Übelkeit.

Bitte kontaktieren Sie bei Anzeichen von Nebenwirkungen Ihre Ärztin/Ihren Arzt!

Wie verläuft der Heilungsprozess?

Bereits nach einem Monat können erste Behandlungserfolge sichtbar werden.

Normalerweise beträgt die Behandlungsdauer

- 6 Wochen bei Fingernägeln
- 12 Wochen bei Zehennägeln
- An den Nägeln der großen Zehen kann die Therapiedauer evtl. bis zu 6 Monate betragen, vor allem bei Patienten mit langsamem Nagelwachstum.

Im Durchschnitt dauert es von Therapiebeginn an ungefähr ein halbes Jahr bei Fingernägeln und ein Jahr bei Zehennägeln, bis gesundes Nagelgewebe vollständig nachgewachsen ist.

Das heißt natürlich nicht, dass Sie die Behandlung mit Amykal® oder Mytra® so lange durchführen müssen, sondern dass der Nagel so lange braucht, um wieder auszusehen wie vor Beginn der Erkrankung.

Ihre Ärztin/Ihr Arzt weiß, wann der Zeitpunkt gekommen ist, mit der Therapie aufzuhören. Die gesamte Therapiedauer hängt außerdem auch von zusätzlichen Faktoren ab: Alter, Vorhandensein von anderen Krankheiten und Zustand des Nagels zu Beginn der Behandlung.



Fußpflege: besonders im Sommer mit harnstoffhaltigen Cremes zur Beseitigung von Rissen.

Desinfektion von Strümpfen und Socken: mit 60 °C waschen, alternativ mit 30 °C waschen und statt Spülmittel ein Desinfektionsmittel in die Waschmaschine geben.



Bevorzugen Sie Strümpfe/Socken aus atmungsaktivem Material (z. B. Baumwolle) und wechseln Sie sie täglich.



Tipps für gesunde und schöne Nägel

10



Tauschen Sie keine Schuhe. Dort können Pilze lange überleben. Sprühen Sie Fungalix Forte® in die Schuhe und stopfen Sie sie mit Papier aus.

Verwenden Sie bis zur Heilung keinen dekorativen Nagellack. Schneiden Sie die Nägel kurz und gerade.



Verwenden Sie Einweg-Nagelfeilen oder desinfizierbare Metallfeilen.

Trocknen Sie Ihre Füße nach dem Duschen/Baden gut ab und vergessen Sie die Zehenzwischenräume nicht.



Verwenden Sie am besten ein separates Handtuch.



11



Fungalix Forte® Nagel Spray

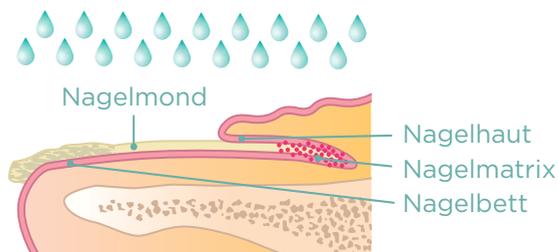
Fungalix Forte® ist ein praktischer Spray, der das Erscheinungsbild Ihrer Nägel verbessern kann. Die einzigartige Formel schützt die Nägel vor äußeren Einflüssen. Vor allem bei verfärbten oder brüchigen Nägeln ist die Anwendung von Fungalix Forte® sinnvoll.

Fungalix Forte® enthält Natriumbenzoat und D-Limonen, um die Haut zu beruhigen, außerdem Panthenol als Provitamin B5 für die Elastizität des Nagels, damit dieser besser nachwachsen kann.

Anwendung

Der Spray ist einfach und hygienisch in der Anwendung sowie schnell trocknend. Bei verfärbten oder brüchigen Nägeln 2 x täglich aufsprühen, vorbeugend und als Schutz und Pflege einmal täglich auf den Nagel und die umliegende Nagelhaut aufsprühen. Auch zur Schuhhygiene geeignet. Empfohlen werden ein bis zwei Pumpfüße pro Fuß oder Hand. Wichtig ist die fortlaufende Behandlung mit Fungalix Forte® während der gesamten Wachstumszeit des Nagels (6–8 Monate bei Fingernägeln, 10–12 Monate bei Zehennägeln).

Fungalix Forte® wird in die Nagelmatrix eingelagert und unterstützt so ein problemloses Nagelwachstum.



PelNail® Nagellack

PelNail® ist ein Nagellack, der für gesunde und schöne Finger- und Zehennägel sorgt. Haben Sie verfärbte, glanzlose oder brüchige Nägel, ist eine Anwendung des PelNail® Nagellacks besonders zu empfehlen. Der Nagellack ist wasserlöslich, ein Anfeilen der Nägel vor dem Auftragen ist nicht notwendig.

Anwendung

Je nach Bedarf und Zustand der Nägel 1-2 x täglich (morgens und abends) auftragen. Das Produkt zieht in Sekundenschnelle in den Nagel ein, daher muss es vor einer neuerlichen Anwendung nicht abgewaschen werden. Am besten abends nach dem Duschen auftragen.

Das Haften dekorativer Nagellacke ist zwar nicht beeinträchtigt, wird aber für die Dauer der Anwendung von PelNail® nicht empfohlen. Vor einer Anwendung von PelNail® muss ein dekorativer Nagellack entfernt werden, da sonst ein Durchdringen der Nagelplatte unmöglich ist. Eine Anwendungsdauer von bis zu 6 Monaten ist ratsam, da dies der Dauer des Nachwachsens eines Nagels entspricht.



PelPen® Nagelbalsam

Der PelPen® Nagelbalsam enthält die drei Inhaltsstoffe Panthenol, Phytantriol und Chitosan in einer wässrigen Lösung, wodurch eine rasche Filmbildung auf der Nagelplatte ermöglicht wird. Aus dieser Schicht penetrieren Panthenol und Phytantriol in erhöhtem Maße in die Nagelplatte.

Der auf der Nagelplatte aufgebrachte Chitosanfilm verhindert zudem die Ausbreitung des Nagelhäutchens auf der Nagelplatte. Dies ist deshalb von großer Wichtigkeit, weil das Zurückschieben dieses Häutchens bei der Nagelpflege oft zu Verletzungen führt.

Anwendung

Täglich Nagelplatte und -häutchen morgens und abends mit dem PelPen® Nagelbalsam einpinseln und kurz eintrocknen lassen. Nach dem Trocknen bildet sich auf der Nagelplatte ein Schutzfilm, der weder von Wasser noch von üblichen Lösungsmitteln entfernt werden kann. Nagelbrüchigkeit bzw. Versprödung werden vermindert, der Nagel und das Nagelhäutchen werden vor dem Austrocknen bewahrt.

Händewaschen beeinträchtigt den Schutzfilm nicht. Der Nagel erhält durch den Nagelbalsam einen natürlichen, seidenmatten Glanz. Dekorativer Nagellack kann auf behandelte Nägel aufgetragen werden!

Fachkurzinformation Amykal® 250 mg Tabletten: qualitative und quantitative Zusammensetzung: Eine Tablette enthält 250 mg Terbinafin (als Terbinafinhydrochlorid). Anwendungsgebiete: Behandlung von Terbinafinempfindlichen Dermatophyteninfektionen wie Tinea corporis, Tinea cruris und Tinea pedis. Onychomykosen (Nagelmykosen), wenn eine orale Therapie durch Lage, Schwere und Ausmaß der Infektion als geeignet betrachtet wird. Hinweis: Oral angewendete Terbinafin-Tabletten sind bei Infektionen mit Pityriasis versicolor nicht wirksam. Die offiziellen Richtlinien und nationalen Empfehlungen über den angemessenen Gebrauch und die Verschreibung von antimykotischen Wirkstoffen sind bei der Anwendung zu berücksichtigen. Gegenanzeigen: Überempfindlichkeit gegen Terbinafin oder einen der sonstigen Bestandteile. Eingeschränkte Leberfunktion (chronische oder aktive Lebererkrankung). Geschmacksstörung in der Anamnese. Liste der sonstigen Bestandteile: mikrokristalline Cellulose, Croscarmellose-Natrium, hochdisperses Siliciumdioxid, Hypromellose, Magnesiumstearat. Inhaber der Zulassung: Pelpharma Handels GmbH, Wohndorfweg 36, A-3001 Tulbing. Rezeptpflicht/Apothekenpflicht: rezept- und apothekenpflichtig. Die Informationen zu den Abschnitten Warnhinweise, Wechselwirkungen, Schwangerschaft und Stillzeit und Nebenwirkungen sind der veröffentlichten Fachinformation zu entnehmen. Stand der Information: September 2020.

Fachkurzinformation Mytra® 50 mg Hartkapseln: qualitative und quantitative Zusammensetzung: Jede Hartkapsel enthält 50 mg Itraconazol. Anwendungsgebiete: Mytra® 50 mg Hartkapseln sind, wenn eine topische Behandlung nicht wirksam oder nicht geeignet ist, zur Behandlung folgender oberflächlicher Pilzinfektionen angezeigt: Dermatomykosen (z. B. Tinea corporis, Tinea cruris, Tinea pedis, Tinea manus und Tinea unguium), Pityriasis versicolor. Liste der sonstigen Bestandteile: Kapselinhalt: Hypromellosephthalat, Carboxymethylstärke-Natrium (Typ A), hochdisperses Siliciumdioxid, Magnesiumstearat. Hartkapsel: Gelatine, Brillantblau NCF (E133) und Titandioxid (E171). Druckfarbe: Schwarz (SW-9008), bestehend aus Schellack, Kaliumhydroxid, schwarzem Eisenoxid (E172) und gereinigtem Wasser. Die offiziellen Richtlinien zur Anwendung von Antimykotika müssen Berücksichtigung finden. Inhaber der Zulassung: A-med GmbH, General-Arnold-Straße 6, 5020 Salzburg, Österreich. Abgabe: rezept- und apothekenpflichtig. Weitere Angaben zu den besonderen Warnhinweisen und Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung, Wechselwirkungen mit anderen Arzneimitteln oder zu sonstigen Wechselwirkungen, Fertilität, Schwangerschaft und Stillzeit, Nebenwirkungen sowie ggf. Gewöhnungseffekten sind der veröffentlichten Fachinformation zu entnehmen. Stand der Information: Oktober 2023.