

### **Wat is een schimmelnagel?**

Dat is een schimmelinfectie van de nagel. De medische naam voor schimmelnagel is onychomycosis.

### **Waarom krijg je een schimmelnagel?**

Er is een schimmel in de nagel terecht gekomen. De schimmel groeit verder in de nagel. We spreken dan van een infectie met een schimmel. Hierdoor verandert de nagelplaat. Mensen met Downsyndroom hebben vaker schimmelnagels. Het is nog niet duidelijk hoe dat komt. Misschien spelen de volgende zaken een rol:

- Kinderen met Downsyndroom hebben vaak al vanaf jonge leeftijd nagels die wat harder en onregelmatig zijn. In zo'n nagel kan een schimmel misschien makkelijker binnendringen.
- Het afweersysteem bij mensen met Downsyndroom werkt iets anders. Daardoor kunnen ze misschien gevoeliger zijn een (schimmel)infectie.

### **Hoe ziet een schimmelnagel eruit?**

Schimmelnagels zitten vaak aan de teennagels. Meestal gaat het om de nagel van de grote teen. Maar ook meer (of zelfs alle) nagels kunnen meedoen. De nagel krijgt een witte tot bruingele kleur. Hij wordt vaak dikker en hobbelig. Ook kan de nagel afbrokkelen of (deels) loslaten. Mensen met een schimmelnagel hebben soms ook een schimmelinfectie van de huid van de voet.

### **Is er een behandeling voor een schimmelnagel?**

Een schimmelnagel geneest bijna nooit vanzelf. Als je geen last van de schimmelnagel hebt, dan hoeft deze niet behandeld te worden. Maar soms is de nagelplaat zo hard dat hij bijna niet meer te knippen is. Sommige mensen hebben pijn aan de tenen. Bij mensen met Downsyndroom zie je naast de schimmelnagel vaak ook een uitgebreide chronische schimmelinfectie van de huid van de tenen en de voetzolen (Dit heet het mocassin-type schimmelinfectie).

Als je er wel last van hebt, dan is behandeling mogelijk. Dit moet met antischimmelpilletjes. De behandeling duurt 3 tot 4 maanden. Het duurt even voordat de nagel er weer helemaal gezond uitziet. Na de behandeling zie je meestal nog maar een klein randje nieuwe gezonde nagel vlak

boven de nagelriem. Dit stukje zal na het einde van de behandeling steeds groter worden. De zieke nagel moet na behandeling 'eruit groeien'. Bij een nagel van een grote teen kan dat soms wel een jaar duren.

### Wat kan ik zelf doen?

- Probeer de voeten droog te houden. Droog de huid tussen je tenen goed na het douchen of zwemmen.
- Draag slippers als je rondloopt in vochtige ruimten, zoals het zwembad.

Schimmelna gel	Zelfmanagement	- Thuisarts	<a href="http://thuisarts.nl/schimmelnagels">http://thuisarts.nl/schimmelnagels</a>
	Richtlijn arts Extra info arts	- JGZ richtlijn - NHG standaard dermatomycosen - Guideline treatment onychomycosis BAD - African skin diseases	<a href="http://www.nhg.org/standaarden/volledig/nhg-standaard-dermatomycosen">http://www.nhg.org/standaarden/volledig/nhg-standaard-dermatomycosen</a> <a href="http://www.bad.org.uk/Portals/Bad/Guidelines/Clinical%20Guidelines/Onychomycosis.pdf">http://www.bad.org.uk/Portals/Bad/Guidelines/Clinical%20Guidelines/Onychomycosis.pdf</a> <a href="http://africanskindiseases.org/wiki/pdf/skindiseases.pdf">http://africanskindiseases.org/wiki/pdf/skindiseases.pdf</a>