

# Viel Geduld erforderlich

Während sich die meisten Menschen in der heißen Jahreszeit über das Barfuß-Laufen freuen, ist der Gedanke daran für andere ein Graus. Sie schämen sich und **verstecken** ihre Füße lieber.

**I**m Hochsommer kann es in den Schuhen richtig warm werden, folglich schwitzen die Füße und erzeugen ein feucht-warmes Klima. Für Pilze entstehen somit optimale Bedingungen, sodass sie sich ungehemmt ausbreiten. Häufig suchen Kunden mit Fuß- oder Nagelpilz Hilfe in der Apotheke – PTA und Apotheker sollten sie diskret und feinfühlig beraten, da sich Betroffene oft für die Problematik schämen. Fußpilz sollte möglichst rasch

behandelt werden, weil er zum einen ansteckend ist und zum anderen mit unangenehmen Symptomen wie Juckreiz einhergeht. Setzt die Therapie zu spät ein, breitet sich der Erreger weiter über die Haut aus und kann eine Onychomykose, also einen Befall der Nägel, verursachen. Typisch für Nagelpilz sind verdickte, brüchige, weißlich-gelb oder bräunlich verfärbte Nägel. Die Ansteckung mit Nagelpilz ist über kleinste Verletzungen möglich, im Umkehrschluss schützt ein gesunder, intakter

Nagel vor einer Infektion. In der Regel sind Fußnägel eher betroffen als Fingernägel, da sie dreimal schneller als die Zehennägel wachsen. Außerdem sind die Fußnägel im Alltag stärkeren mechanischen Belastungen ausgesetzt, beispielsweise Druck während des Sports oder zu enges Schuhwerk.

**Verschiedene Auslöser** Meistens sind Dermatophyten (Fadenpilze) für die Infektion verantwortlich, aber auch Hefen und Schimmelpilze sind in der

Lage, eine Onychomykose hervorzurufen. Anhand der individuellen Beschwerden wird die Nagelmykose in Subtypen eingeteilt: Die sogenannte distolaterale subunguale Mykose stellt die häufigste Form dar. Dabei wandern die Eindringlinge von der umgebenden Haut zum freien Nagelrand und von dort unter die Nagelplatte zum Nagelbettepithel. Es entsteht ein Polstergewebe aus Horn, in dem sich die Pilze niederlassen. Bei einer fortgeschrittenen Infektion löst sich die Nagelplatte vom Nagelbett ab. Die proximale subunguale Onychomykose ist seltener, hier gelangen die Pilze von der Haut des proximalen Nagelwalls in die Nagelplatte.

**Compliance fördern** Die Voraussetzung für die erfolgreiche Behandlung einer Nagelpilzinfektion ist Geduld. Die Therapie ist langwierig und muss solange fortgesetzt werden, bis der Nagel einmal vollständig und gesund nachgewachsen ist, damit die Infektion nicht wieder aufkeimt. Der Behandlungszeitraum für die Fingernägel liegt zwischen drei und sechs Monaten, während die Therapie für die Fußnägel neun bis zwölf Monate andauert, bei einem sehr ausgeprägten Befall sogar länger. PTA und Apotheker weisen Kunden im Beratungsgespräch am besten auf den langen Behandlungszeitraum hin und erläutern ihnen zur Unterstützung der Compliance die Gründe dafür. Schließlich sollen Betroffene die Therapie mit ausreichend Motivation antreten und diese keinesfalls frühzeitig abbrechen. ■

*Martina Görz,  
PTA, M.Sc. Psychologie und  
Fachjournalistin*



© tiburonestudios / iStock / Getty Images