

A close-up photograph of a person's right foot resting on a white, fluffy surface. A hand is gently holding the ankle. On the side of the foot, a smiley face is drawn using white cream. The text 'Nagelpilz ist ansteckend, Hautpilz auch!' is overlaid in a red banner in the top right corner.

**Nagelpilz
ist ansteckend,
Hautpilz auch!**

Ein Ratgeber für Patienten

Was sind Pilzerkrankungen?

Pilze können alle Stellen der Haut und deren Anhangsgebilde, die Haare und Nägel, befallen. Der Arzt bezeichnet eine Pilzinfektion als Mykose.

Pilze ernähren sich vom Keratin, der Hornsubstanz der oberen Hautschichten, der Haare und Nägel und sind in der Lage sich rasch zu vermehren. Pilze können sogar die Produktion von Hornsubstanz anregen, um sich selbst gute Lebensbedingungen zu verschaffen. Sie lieben es feucht und lauwarm. Daher sind Körperregionen, die schlecht belüftet sind (Zehenzwischenräume, Hautfalten, Leistengegend und die Haut unter den Brüsten von Frauen) ein idealer Nährboden für die Pilzvermehrung.

■ Pilze sind ganz unterschiedlich

Pilze, die beim Menschen Krankheiten auslösen können, werden in drei Gruppen eingeteilt:

Fadenpilze (Dermatophyten)
Hefepilze
Schimmelpilze

Am häufigsten treten beim Menschen Hautpilzerkrankungen auf, die durch Fadenpilze hervorgerufen werden. Fadenpilze führen zu oberflächlichen Pilzerkrankungen, die der Mediziner als Tinea bezeichnet. Je nachdem welcher Körperteil befallen ist, wird die Erkrankung Tinea pedis (Hautpilz am Fuß), Tinea unguium (Nagelpilz), Tinea corporis (Infektion am Körperstamm) oder Tinea barbae (Infektion der Bartregion) genannt. Hauptauslöser der Erkrankungen ist der Fadenpilz Trichophyton rubrum. Besonders oft betroffen sind die Zehenzwischenräume und die Nägel. Die Fadenpilze befallen nie die Schleimhäute oder innere Organe, da es ihnen dort zu warm ist.

Anders verhalten sich dagegen die Hefepilze. Sie gehören der Gattung Candida an und können sowohl die Haut als auch angrenzende Schleimhäute von Mund und Scheide befallen. Bei einem Befall mit Hefepilzen spricht der Arzt von Candidosen oder Soor. Auch hier wird nach dem Infektionsort zwischen einer Candidose der Mundschleimhaut, in Hautfalten, im Windelbereich, im Darm oder in der Vagina unterschieden. Seltener lösen die Hefepilze eine Pilzinfektion der Nägel aus. Schimmelpilze sind nur selten der Auslöser einer Hautpilzinfektion.

■ Pilze sind weit verbreitet

Damit überhaupt eine Pilzerkrankung entstehen kann, muss der Mensch mit dem Pilz in Kontakt kommen und der Pilz sich in der Haut einnisten. Pilze sind überall anzutreffen. Sie können von Tieren, dem Erdreich und besonders häufig von Menschen übertragen werden. Ein Mensch verliert täglich viele Hunderte von Hautschüppchen. Leidet er unter einer Pilzerkrankung, so sind auch viele seiner Hautschüppchen infiziert. Diese können über Schuhe, Strümpfe und Fußbodenflächen dann von Mensch zu Mensch übertragen werden.

Besonders leicht infiziert man sich dort, wo Menschen barfuß gehen, wie Schwimmbäder, Saunen, Gemeinschaftsduschen und Hotelzimmer.

Zudem bilden viele Pilze Sporen. Dies sind die Überdauerungsform von Pilzen, die selbst unter ungünstigen Bedingungen lange überleben können, auch auf der häuslichen Badezimmermatte oder tief im Gewebe. Werden sie nicht wirkungsvoll bekämpft, können sie bei günstigeren Lebensbedingungen die Erkrankung immer wieder neu aufflammen lassen.

■ Pilzerkrankungen sind ansteckend

Aber nicht jeder Kontakt mit einem Pilz führt gleich zu einer Erkrankung. Ein gutes Immunsystem und intakte Haut schützen vor Pilzinfektionen. Ist dagegen die Immunabwehr geschwächt oder sind die Haut bzw. die Nägel geschädigt, kann der Körper für Hautpilze anfällig werden. Mikroverletzungen der Haut oder Nägel reichen bereits aus, um den Erregern eine Pforte zu bieten und sich mit einer evtl. hartnäckigen Pilzerkrankung zu infizieren. Wichtig zu wissen ist, dass ein Mensch mit einer Pilzerkrankung nicht nur andere Menschen anstecken kann, sondern die Pilzerkrankung kann sich bei ihm selbst auch auf andere, eigene Körperpartien übertragen.

Besonders häufig anzutreffen sind Pilzinfektionen der Füße und Nägel. Daher werden wir auf den folgenden Seiten speziell auf diese beiden Erkrankungen eingehen.



Was ist Fußpilz und wie erkenne ich ihn?

■ Deutschland läuft auf verpilzten Füßen

Rund 20% der Bevölkerung in Deutschland leiden derzeit unter Fußpilz, der damit zu den am weitesten verbreiteten Infektionskrankheiten des Menschen gehört. In Deutschland betrifft sie etwa jeden dritten Erwachsenen einmal in seinem Leben. An den Füßen kommt es nämlich besonders leicht zu unbemerkten kleinen Verletzungen durch die der Pilz eindringen kann, z. B. zu enges Schuhwerk.

Eine Fußpilzinfektion ist ansteckend und kann über infizierte Hautschuppen direkt von Mensch zu Mensch oder indirekt z. B. über Teppiche oder Badematten übertragen werden.

Es gibt verschiedene Risikofaktoren an einem Fußpilz zu erkranken:

Stoffwechselkrankheiten wie die Zuckerkrankheit (Diabetes)

Familiäre Veranlagung

Schlechte Durchblutung der Beine und Füße

Verletzungen der Haut

Abwehrschwäche des Körpers

Fußfehlstellungen

Luftundurchlässige Kleidung und Schuhe

Da die Erreger von Fuß- und Nagelpilz oft dieselben sind und sich schnell ausbreiten, können unbehandelte Pilzerkrankungen auch weitere Körperstellen befallen.

So läuft man beispielsweise Gefahr, durch einen unbehandelten Fußpilz zusätzlich noch einen Nagelpilz zu bekommen.

■ Der Verlauf der Infektion mit Fußpilz

Die Symptome einer Fußpilzinfektion sind für die meisten Betroffenen leicht zu erkennen. Zu den typischen Anzeichen gehören die sichtbar gerötete Haut und ein hartnäckiger Juckreiz. Die Haut beginnt zu schuppen, quillt auf, neigt zum Nässen, Einreißen und die betroffenen Stellen können bei Bewegungen schmerzen.

Die Pilze befallen normalerweise zuerst die Zehenzwischenräume (fachsprachlich: Interdigitalmykose), da sich hier Feuchtigkeit ansammeln kann. Wird die Pilzerkrankung nicht behandelt, breitet sie sich immer weiter aus.

Fußpilz heilt in der Regel nicht von allein und sollte sofort behandelt werden, um Infektionen weiterer Körperstellen, z. B. der eigenen Nägel, aber auch anderer Menschen zu verhindern.

Aber es gibt auch andere Arten von Fußpilz, die manchmal gar nicht als Fußpilz erkannt werden, so z. B. die „Mokassin-Mykose“. Bei dieser Form des Fußpilzes bilden sich an der Fußsohle und an den Fußrändern verstärkt Hornhaut und die Haut erscheint trocken. Von den Betroffenen wird die Mokassin-Mykose fälschlicherweise oft als trockene Haut angesehen und mit Pflegecremes behandelt.

Die oben geschilderten Symptome sind typisch für Hautpilzinfektionen, sie können aber auch durch andere Erkrankungen hervorgerufen werden. Wenn die Symptome bei Ihnen zum ersten Mal auftreten und/oder Sie Zweifel haben, sollten Sie einen Hautarzt (Dermatologen) zur Diagnose aufsuchen. Dieser wird dann eine entsprechende Therapie bei Ihnen einleiten.

■ Wie wird der Pilz behandelt?

Zur Behandlung von Hautpilz werden Antimykotika, dies sind pilzabtötende Mittel, eingesetzt. In der Apotheke gibt es rezeptfreie Arzneimittel mit unterschiedlichen Wirkstoffen.

Wichtig ist, dass die Erkrankung mit einem Wirkstoff behandelt wird, der möglichst alle relevanten Hautpilze abtötet. Dabei sollte der Wirkstoff die Erreger möglichst umfassend bekämpfen, um eine nachhaltige Wirkung zu erzielen.

■ Wie lange wird Hautpilz behandelt?

Die typische Behandlungszeit von Hautpilz liegt zwischen drei und vier Wochen. Therapiert man geduldig jeden Tag zwei Mal die betroffenen Stellen, hat man nach dieser Zeit den Pilz meistens ausgemerzt.

Achtung:

Es ist wichtig, die angegebene Behandlungszeit einzuhalten. Wenn die Pilzinfektion nicht vollständig beseitigt wird, kann es zu einem Wiederaufflammen der Erkrankung kommen.



■ Selergo® 1% Creme und Lösung

Selergo enthält den bewährten Wirkstoff Ciclopirox-Olamin. Das Besondere an diesem Wirkstoff ist, dass er die Pilzzelle von innen und außen angreift und damit alle wichtigen Pilzerreger nachhaltig abtötet. Zudem hat der Wirkstoff eine entzündungs- und bakterienhemmende Wirkung.

Es gibt zwei unterschiedliche Darreichungsformen:

- **Selergo® 1% Lösung** ist im Gegensatz zu anderen Produkten alkoholfrei und daher sehr mild zur Haut.
- **Selergo® 1% Creme** besitzt pflegende Komponenten in der Cremegrundlage.

Beide Darreichungsformen werden zweimal täglich auf die erkrankten Hautbereiche aufgetragen und leicht eingerieben. Die Präparate können zur Behandlung einer Pilzinfektion auch bei Kindern ab 6 Jahren eingesetzt werden.

Am besten ist die Anwendung nach dem Waschen, Duschen oder Baden. So werden Creme oder Lösung durch die Reinigung nicht gleich wieder entfernt und können ausreichend lange einwirken.



Setzen Sie die Behandlung bis zum Abklingen der Hauterscheinungen (im Allgemeinen zwei Wochen) fort.

Zur Vermeidung von Rückfällen wird empfohlen, die Behandlung darüber hinaus noch ein bis zwei Wochen weiterzuführen.



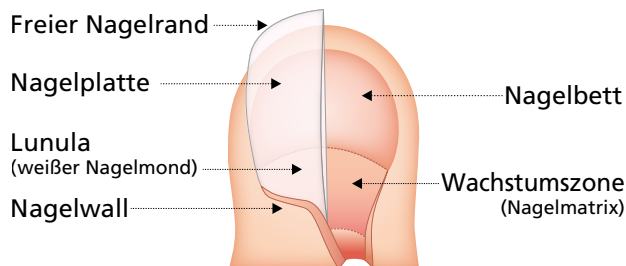
Was ist Nagelpilz?

Nagelpilz, von Ärzten auch Onychomykose genannt, ist eine Infektion der Finger- oder Fußnägel mit Pilzen. Meistens handelt es sich dabei um Fadenpilze (Dermatophyten), die sich von der menschlichen Hornsubstanz ernähren. Sie befallen daher ausschließlich Haut, Haare und Nägel.

Auch Infektionen mit Hefepilzen und mit Schimmelpilzen kommen vor. Sie sind aber sehr selten der auslösende Erreger einer Nagelpilzerkrankung.

Nagelpilz betrifft weit häufiger Fußnägel als Fingernägel. Das liegt vor allem daran, dass Fadenpilze das in Schuhen vorherrschende feuchtwarme Klima lieben. Zudem kommt es an den Füßen häufiger zu unbemerkten kleinen Verletzungen durch die der Pilz eindringen kann, z. B. zu enges Schuhwerk.

Da der große und der kleine Zeh als die beiden außen gelegenen Zehen am leichtesten in Mitleidenschaft gezogen werden, sind diese Zehennägel auch am häufigsten von Nagelpilz befallen.



■ Wie kann ich Nagelpilz erkennen?

Erkrankte Nägel verlieren ihren Glanz und werden allmählich trübe und undurchsichtig. Meistens zeigt sich der Pilzbefall zuerst am freien Rand des Nagels durch kleine, halbrunde oder längliche Weißfärbungen.

Von den Außenkanten des freien Nagelrandes breitet sich die Infektion zur Mitte und zum Nagelwall hin aus.

Im Verlauf der Infektion verfärben sich die befallenen Nagelpartien gelblich bis bernsteinfarben, manchmal auch dunkler.

Mit der Zeit verändert sich auch die Struktur der Nägel: die Nagelplatte verdickt sich, ihre Oberfläche wird uneben und der Nagel beginnt am freien Nagelrand zu bröckeln. Später löst sich der Nagel oft vom Nagelbett ab.

Rund 15-20% der deutschen Bevölkerung leiden unter Nagelpilz, bei den über 65-Jährigen ist sogar fast jeder Zweite betroffen.

Die Erkrankung tritt häufiger an Fußnägeln als an Fingernägeln auf.

Diese Veränderungen des Nagels bleiben lange Zeit schmerzlos. Schmerzen treten erst dann auf, wenn der Nagel seine Schutzfunktion für die Finger- oder Zehenspitze nicht mehr erfüllt.



■ Nagelpilz muss behandelt werden

Nagelpilz heilt nie von selbst. Ganz im Gegenteil: Unter der Nagelplatte sitzt der Pilz so gut versteckt, dass er sogar eine laufende Behandlung monatelang überstehen kann.

Wird er nicht angemessen behandelt, droht die fortschreitende Zerstörung der betroffenen Nägel sowie eine Ausbreitung auf weitere, bisher noch nicht infizierte Nägel.

Abgesehen von der medizinischen Seite nagt der Nagelpilz auch am Selbstwertgefühl der Betroffenen und reduziert die Lebensqualität.

Zu allem Übel sind Betroffene ein Ansteckungsherd für Familienangehörige und andere Menschen in ihrem Umfeld.

Schließlich traut man sich mit den verfärbten und verformten Nägeln nicht mehr in die Öffentlichkeit oder das Aussehen der Nägel ist gegenüber dem Partner unangenehm.



■ Wie kann ich Nagelpilz behandeln?

Die Therapie von Nagelpilz ist durch die Entwicklung moderner Antimykotika (Antipilzmittel) deutlich effektiver geworden. In der Regel empfiehlt der Arzt einen antimykotischen Nagellack, der direkt auf den erkrankten Nägeln angewendet wird. Diese medizinischen Nagellacke sind rezeptfrei in Apotheken erhältlich.



Ist der Pilzbefall bereits sehr ausgedehnt, kann neben dem medizinischen Nagellack eine zusätzliche Einnahme von Tabletten erforderlich sein. Da diese Tabletten Wechsel- und Nebenwirkungen haben können, sind solche Arzneimittel rezeptpflichtig und unter strenger Aufsicht eines Arztes anzuwenden. Man sollte es daher erst gar nicht so weit kommen lassen und gleich bei den ersten Anzeichen Nagelpilz gezielt behandeln.

■ Die Nagelpilzbehandlung erfordert Geduld

Eine Behandlung sollte bis zum vollständigen Abklingen der Beschwerden fortgesetzt werden, das heißt bis die erkrankten Nägel wieder klar sind und gesunder Nagel nachgewachsen ist. Normalerweise dauert die vollständige Heilung der Fingernägel etwa 6 Monate, die der Fußnägel etwa 9 bis 12 Monate. Eine Nagelpilzbehandlung ist langwierig. Betroffene sollten nicht die Geduld verlieren.

Bitte beachten Sie:

Wird die Behandlung abgebrochen, bevor die erkrankten Nägel wieder klar oder fast klar sind, ist der Pilz möglicherweise noch nicht verschwunden. In diesem Fall kann sich der Zustand der Nägel wieder verschlechtern.

■ Ciclopoli Nagellack – Stark gegen Nagelpilz



Ciclopoli gegen Nagelpilz ist ein medizinischer Nagellack mit dem zuverlässigen Wirkstoff Ciclopirox, der die Pilze am Wachstum hindert und sie nachhaltig abtötet.

Der Wirkstoff muss in optimaler Dosis dorthin gelangen, wo sich die Pilze festgesetzt haben: in und unter die Nagelplatte. Hierfür sorgt in Ciclopoli gegen Nagelpilz die patentierte Lacktechnologie.

■ Die besondere Lacktechnologie

Ciclopoli gegen Nagelpilz besitzt eine einzigartige Lacktechnologie mit Hydroxypropylchitosan (HPCH). Diese Substanz wird aus dem Naturstoff Chitin hergestellt.

Im Gegensatz zu anderen Nagellacken gegen Nagelpilz bildet das HPCH nach dem Trocknen einen elastischen und unsichtbaren Film auf dem Nagel. Dieser Film bleibt aber nicht nur auf der Nageloberfläche, sondern dringt tief in den Nagel ein und stabilisiert so die brüchige, unebene Nagelstruktur. Dabei bindet das HPCH an das Nagelkeratin und sorgt für den raschen Transport des Wirkstoffs bis tief in den Nagel.

Durch die besondere Lacktechnologie ist es möglich, den Wirkstoff bereits innerhalb von 6 Stunden an seinen Wirkort zu bringen. Um ein gutes Eindringen des Wirkstoffs in den Nagel zu gewährleisten, wird Ciclopoli gegen Nagelpilz am besten vor dem Zubettgehen angewendet. Eine dünne Schicht des Nagellacks wird auf den Nagel und die umliegende Haut aufgetragen.

Der Lack bildet einen unsichtbaren Film auf der Nageloberfläche, der am nächsten Morgen einfach mit Wasser abgewaschen

werden kann. Der Wirkstoff, der über Nacht in den Nagel und das Nagelbett eingedrungen ist, bleibt auch dort und wird nicht ausgewaschen!

■ Einfache und bequeme Anwendung

Mit Ciclopoli gegen Nagelpilz ist die Behandlung bequem und einfach. Nach ca. 30 Sekunden ist der Lack getrocknet. Am Morgen werden Lackreste, die sich nicht im Nagel eingelagert haben, einfach mit Wasser abgewaschen. Anfeilen der Nageloberfläche und Nagellackentferner sind überflüssig.



wasserlöslich



ohne Lösungsmittel



ohne Feilen

■ Nagelpilz und kosmetischer Farblack

Während der Behandlung des Nagelpilzes sollten Sie auf die Verwendung eines dekorativen Nagellacks verzichten.

Dekorative Nagellacke können problematische Inhaltsstoffe enthalten wie allergieauslösende Stoffe oder sogar krebserregende Nitrosamine (ÖKO-Test, August 2017). Darüber hinaus können sie auch bei intensivem Gebrauch den Nagel brüchig machen.

Das eigentlich schädliche für die Nägel ist aber vor allen Dingen der Nagellackentferner, mit dem der Farblack wieder von der Nagelplatte abgelöst wird. Nagellackentferner enthalten Lösungsmittel, die dem Nagel Feuchtigkeit entziehen und ihn austrocknen. So kann die Nagelstruktur geschwächt werden, der Nagel verliert an Härte und Stärke. Der Heilungsprozess kann sich verzögern.

Ciclopirox (Olamín)

– das Multitalent bei der Pilzbekämpfung

Ciclopirox ist ein Breitband-Antimykotikum (Antipilzmittel), das nachhaltig gegen alle gängigen Pilzerreger (Fadenpilze, Hefen und Schimmelpilze) wirkt.

Dank seines einzigartigen Wirkmechanismus bekämpft Ciclopirox im Gegensatz zu anderen Wirkstoffen die Pilzzellen von innen und außen.

Dieser multiple Mechanismus ist vermutlich dafür verantwortlich, dass Ciclopirox nicht nur auf die lebenden Pilzzellen, sondern auch auf ihre Sporen wirkt. Sporen sind die ruhenden Überdauerungsformen von Pilzen und können

zu einem Wiederaufflammen der Infektion führen. Für Ciclopirox konnten Wissenschaftler unter Laborbedingungen an Zellkulturen zeigen, dass der Wirkstoff die Pilzsporen von drei unterschiedlichen Arten von Fadenpilzen und einem Hefepilz abtötet.

Ciclopirox bekämpft außerdem Bakterien und ist entzündungshemmend. Dadurch lindert es die unangenehmen Fußpilz-Symptome wie Brennen, Jucken und Rötung.

Die Pilzkrankung ist erst geheilt, wenn alle betroffenen Stellen frei von Pilzen sind und gesundes Gewebe bzw. gesunder Nagel komplett nachgewachsen ist.

Maßnahmen bei Nagel- und Fußpilz

Nagel- und Fußpilz frühzeitig behandeln

Fußpilzinfektionen heilen nur selten, Nagelpilzinfektionen nie von alleine. Eine frühzeitige Behandlung ist wichtig, damit sich die Erkrankung nicht weiter ausbreiten kann.

Auf Hygiene achten

Benutzen Sie immer ein eigenes Nagelpflegeset und ein eigenes Handtuch. Wechseln Sie täglich Handtücher und Kleidungsstücke, die mit den erkrankten Bereichen in Berührung kommen. Die Wäsche sollte bei mindestens 60 °C, besser bei 90 °C gewaschen oder mit einem Hygienespüler desinfiziert werden.

Ansteckungsgefahr vermeiden

Gehen Sie nicht barfuß in feuchtwarmer Umgebung (wie Schwimmbäder, Saunen). Dort ist das Ansteckungsrisiko besonders hoch.

Atmungsaktive Kleidung

Tragen Sie atmungsaktive Socken (z. B. aus Baumwolle) und Lederschuhe. Vermeiden Sie luftundurchlässiges Schuhwerk (z. B. Schuhe aus Synthetik oder Gummistiefel).

Bequemes Schuhwerk

Suchen Sie Ihre Schuhe nicht nur nach modischen Kriterien, sondern (auch) danach aus, ob sie bequem und weit genug sind. Zu enge Schuhe können Druckstellen und kleine Verletzungen an den Nägeln und der Haut bilden, durch die die Pilze leicht eindringen können.

Regelmäßige Schuhdesinfektion

Besonders bei ansteckenden Erkrankungen wie Fuß- und Nagelpilz ist eine regelmäßige Schuhdesinfektion wichtig, um eine Wiederansteckung durch die eigenen Schuhe zu verhindern.

Unser Tipp:

Myfungar® Schuhspray zur Desinfektion von Schuhen

wurde speziell zur Bekämpfung von Fuß- und Nagelpilzerregern entwickelt. Es beseitigt zuverlässig Pilze, Bakterien und Viren. Bei regelmäßiger Anwendung schützt es vor Infektionen und Wiederansteckung. Myfungar Schuhspray unterstützt die Behandlung von Fuß- und Nagelpilz, beseitigt rasch unangenehme Gerüche im Schuh und beugt Fußgeruch vor.

Erhältlich in Ihrer Apotheke:

25 ml (PZN 11077402)

100 ml (PZN 11076207)

Desinfektionsmittel vorsichtig verwenden.

Vor Gebrauch stets Etikett und Produktinformation lesen.



Ciclopirox (Olamín) - ein Wirkstoff mit besonderen Eigenschaften:

- ✗ greift Pilze von innen und außen an
- ✗ keine Resistenzen bekannt
- ✗ breit wirkendes Antipilzmittel
- ✗ entzündungshemmend



www.tauruspharma.de
www.ciclopoli.de

 **almirall**

4406-08 1920-01

Selergo® 1% Creme/Lösung

Wirkstoff: Ciclopirox-Olamín. Für Erwachsene und Schulkinder. Anwendungsgebiete: Alle Pilzerkrankungen der Haut. Warnhinweise: Creme: Enthält Cetyl- und Stearylalkohol, örtlich begrenzte Hautreizungen (z. B. Kontaktdermatitis) möglich. Lösung: Enthält Butylhydroxyanisol, örtlich begrenzte Hautreizungen (z. B. Kontaktdermatitis) oder Reizungen der Augen und Schleimhäute möglich. Apothekenpflichtig. Stand: Januar 2017.

Ciclopoli® gegen Nagelpilz

Wirkstoff: 8% Ciclopirox. Wirkstoffhaltiger Nagellack zur Anwendung ab 18 Jahren. Anwendungsgebiete: Pilzerkrankungen der Nägel, die durch Fadenpilze (Dermatophyten) und/oder andere Pilze, die mit Ciclopirox behandelt werden können, verursacht wurden. Warnhinweis: Enthält Cetylstearylalkohol, örtlich begrenzte Hautreizungen (z. B. Kontaktdermatitis) möglich. Apothekenpflichtig. Stand: Januar 2017.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

Polichem SA; 50, Val Fleuri; LU-1526 Luxemburg. Mitvertrieb: Almirall Hermal GmbH, Geschäftsbereich Taurus Pharma; Scholtzstraße 3; D-21465 Reinbek; info@almirall.de.