



Mitglied im:
ZENTRALVERBAND
DER PODOLOGEN UND
FUSSPFLEGER
DEUTSCHLANDS E.V.

Eingewachsener Nagel

Die Nägel, meist die Großzehennägel, wachsen an den Seiten in die Haut ein. Nach zunächst geringfügiger Entzündung mit Schmerzen bei Druckbelastung kommt es im weiteren Verlauf zu vermehrter Bildung von Gewebe im seitlichen Nagelfalz, Nässen, Zunahme der Entzündung mit eventueller Eiterbildung und verstärkter Schmerzen.

Häufigste Ursachen:

- Unsachgemäßes seitliches Ausschneiden der Nägel
- Zu enges und falsches Schuhwerk oder Strümpfe
- Fehlstellungen der Zehen und Nagelverformungen begünstigen das Einwachsen

Das können Sie tun:

- Bequemes Schuhwerk, und wenn möglich auch luftiges Schuhwerk tragen. An entzündeten Zehen soll nichts reiben oder drücken.
- Entzündete Zehe baden, gut abtrocknen und wenn möglich, an die Zehe eine Weile Luft kommen lassen, dann eine desinfizierende Salbe auftragen und entzündete Stellen wieder abdecken um zu verhindern, dass weitere Infektionserreger eindringen.

Das kann Ihre qualifizierte Fußpflegerin tun:

- Behandlung der Entzündung
- Abtragen von überschüssigem Gewebe
- Setzen der VHO Nagelspange
- Eventuell Entfernen der eingewachsenen Nagelecke
- Anleitung zur richtigen Nagelpflege

Vorbeugung:

- Fußnägel gerade schneiden. Damit wird ein zu tiefes seitliches Einwachsen der Nägel vermieden
- Bequemes Schuhwerk tragen