

Volkskrankheit Pilz

Nagel- und Fußpilz sind eine Volkskrankheit unter der alleine in Deutschland über 16 Millionen Menschen leiden. Beide Erkrankungen sind eng miteinander verbunden, äußerst unangenehm und zum Teil sehr langwierig zu behandeln. Dr. rer. nat. Volker Krainbring sagt warum.

Der Nagelpilz wird zu zirka 98 Prozent von Fadenpilzen, den sogenannten Dermatophyten, verursacht. Sie ernähren sich von dem Keratin-Gewebe der Nägel und den abgestorbenen Hautschuppen. Besonders gut gedeihen Dermatophyten im feucht-warmen Milieu wie zum Beispiel beim Tragen von Sport- oder Arbeitsschuhen.

Die Verbreitung des Nagelpilzes erfolgt wie bei allen Pilzen über Sporenbildung. Daher ist das übliche Feilen und Schleifen der Nägel kontraproduktiv. Denn dabei entsteht ein feines Pulver, was die Verbreitung der Sporen fördert.

Die Verbreitung von Nagelpilz begünstigt auch, dass die Dermatophyten im Laufe der Zeit eine hohe Resistenz gegenüber den herkömmlichen Antimykotika gebildet haben. Über 50 Prozent der Dermatophyten sind resistent! Somit hat jede Behandlung, auch die systemische, das heißt mit Tabletten, nur eine Chance auf einen Erfolg von unter 50 Prozent!

Schutzmantel muss intakt sein

Die Natur hat eigentlich gut vorgesorgt und uns Menschen durch die Evolution einen natürlichen und sehr effektiven Schutz für unsere Haut geschaffen. Nach dem Verlust der starken Behaarung, wie zu Zeiten der Neandertaler, entwickelte

sich ein für die Haut schützender Säureschutzmantel, der als Schutzbarriere vor Parasiten und Pilzen immer noch sehr effektiv wirkt.

Es ist wissenschaftlich nachgewiesen, dass kein einziger Dermatophytenstamm in der Lage ist, seinen Stoffwechsel in einem sauren Milieu zu betreiben. Selbst die Sporen können nicht gedeihen oder sich verbreiten. Sie sterben einfach ab. Pilzinfektionen entstehen nur bei einem gestörten Säureschutzmantel.

Die Ursachen hierfür können sehr unterschiedlich sein. Verletzungen sind beispielsweise eine Ursache, wie auch die Verwendung von laugenhaltigen Waschmitteln. Bei genetischen Gründen oder schlechter Durchblutung haben die Extremitäten (Hände und Füße) dann einen alkalischen PH-Wert von ca. 7,3 – 7,8 und nicht 5,5 – 6,5; wie normal.

Besonders Durchblutungsstörungen bei Diabetikern, führen zu einem gestörten Säureschutzmantel und somit unweigerlich zu vermehrtem Nagel- und Fußpilz. So leidet jeder zweite Diabetiker über 60 Jahre unter einer Onychomykose (Nagelpilz).

Auch Sportler betroffen

Vor diesem Problem sind auch junge Sportler nicht gefeit. Das belegt auch ein Medizinersteam aus Hamburg. Im Rahmen einer Untersuchung zur Bundesligatauglichkeit von 84 jungen männlichen Fußballspielern, ist ein stark er-

höhtes Auftreten von Nagel- und Fußpilz festgestellt worden.

Rund 60 Prozent der Profifußballspieler hatten eine Onychomykose, 36,9 Prozent litten unter Tinea pedis (Fußpilz). In der Vergleichsgruppe der jugendlichen Nichtfußballer lag der Prozentsatz bei 3,3 Prozent Nagelpilz und 3,2 Prozent Fußpilz. (Quelle: Buer, V.et.al.: Hautarzt 2018; 69: 401-407).

Enge Schuhe und die Dauerbelastung der Fußsohlen führen zu Durchblutungsstörungen und somit zum Verlust des intakten Säureschutzmantels.

Betroffene müssen für die Behandlung sehr große Sorgfalt und viel Geduld aufbringen. Insbesondere die Nagelpilzbehandlung bedarf sehr viel Geduld und Zeit – zirka 12 bis 24 Monate – weil der Nagel einmal komplett durchwachsen muss. Neben Tinkturen, Lacken und Cremes wird häufig systemisch mit Tabletten behandelt. Diese Substanzen der Tabletten haben teils starke Nebenwirkungen, vor allem schädigen sie vornehmlich die Leber.

Auf Hygiene achten

Über die regelmäßige Behandlung hinaus sind auch hygienische Maßnahmen von großer Wichtigkeit. Das tägliche Wechseln der Strümpfe und diese bei 60 – 65 Grad Celsius zu waschen ist eine Notwendigkeit, um die Sporen abzutöten. Ebenso wichtig ist eine wöchentliche Schuhdesinfektion. Hier ein Tipp: Bei Lederschuhen sollten keine alkoholhaltigen Desinfektionsmittel verwendet werden, da diese das Leder porös und brüchig machen und Schlupfwinkel für Pilzsporen bilden können. Somit nur alkoholfreie Desinfektionsmittel verwenden, die ebenso wirkungsvoll sind. <<



Beispiel von pilzbefallenen Füßen und Nägeln. (Abb. NCP)



Anschrift des Autors:

Dr. rer. nat. Volker Krainbring
NCP NewCare Products GmbH
Am Freibad 4a
25451 Quickborn