

Was gegen Nagelpilz wirklich hilft

Laser, Tabletten oder Lacke: Welche Therapie kann den Nagelpilz dauerhaft beseitigen? Wir haben beim Lifeline-Nagelexperten nachgefragt.

Nagelpilz ist fast schon eine Volkskrankheit: Jeder zwanzigste bis achte Europäer ist verschiedenen Schätzungen nach betroffen. Besonders die Fußnägel scheinen sogenannte Onychomykosen magisch anzuziehen, denn Nagelpilz-Erreger mögen es warm und feucht.

Risikofaktoren für eine Ansteckung sind enge Schuhe, die lange getragen werden, aber auch Schwimmbad- und Saunabesuche sowie zu seltene Sockenwechsel. Im Alter werden die Nägel zusätzlich anfälliger für Pilzinfektionen.

DHS-System sortiert die Nagelpilz-Erreger

Ihren Ursprung hat eine Nagelmykose in den meisten Fällen in einer bestehenden Fußpilzinfektion, erklärt Lifeline-Experte Dr. Oliver Mainusch. Die verschiedenen Erreger für Hautpilze zeigt die Abkürzung DHS, wie der Facharzt erklärt. Der Buchstabe D steht dabei für Dermatophyten wie *Trichophyton rubrum* (T. rubrum) oder *T. mentagrophytes*.

H bedeutet Hefepilze, zum Beispiel *Candida albicans*. Zu S wie Schimmelpilzen zählt etwa *Aspergillus fumigatus*. Hefen und Schimmelpilze sind als Nagelpilz-Erreger aber deutlich seltener als Trichophyten, die am häufigsten als Auslöser von Fuß- und Nagelpilz festgestellt werden.

"All diese Pilze bilden Überlebensformen, wenn sie bekämpft werden oder zu wenig Nahrung abbekommen. Diese heißen Sporen und sind sehr resistent - sie überdauern also unter schlechtesten Bedingungen", sagt der Dermatologe.

Patient muss mithelfen, um den Nagelpilz in den Griff zu bekommen

Genau das macht die Therapie von Pilzkrankungen der Haut und Nägel so schwierig und langatmig. Außerdem ist von den Patienten große Therapietreue gefordert, um den Nagelpilz zu besiegen. Von Kurzzeitbehandlungen hält der Nagelpilz-Experte deshalb wenig.

"Die Behandlung richtet sich nach der Stärke des Pilzbefalls", erläutert Dr. Mainusch: "Ist der Nagel zu weniger als 40 Prozent betroffen, kann eine Lokaltherapie mit Nagellack oder -tinkturen helfen." Hier stünden zwei Wirkstoffe im Vordergrund: Ciclopyrox und Amorofin. Die Wirksamkeit beider Substanzen gegen Nagelpilz ist durch wissenschaftliche Studien gut belegt.

Tabletten gegen Nagelpilz können Leberwerte beeinträchtigen

Sind dagegen mehr als 40 Prozent der Nagelfläche oder sogar die Nagelmatrix vom Pilz betroffen, reiche die örtlich begrenzte Behandlung meist nicht aus, erklärt der Mediziner. Dann sei eine orale Behandlung mit Tabletten angezeigt. "Als antimykotische Wirkstoffe sind hier vor allem Terbinafin und Itraconazol zu nennen", sagt der Hautarzt. Itraconazol sei jedoch unwirksam gegenüber Hefepilzen.

Die Nagelpilzbehandlung mit Tabletten erfolgt entweder als tägliche Gabe oder Stoßtherapie. "Auch die Kombinationstherapie mit Tabletten und lokalen Lacken ist sehr erfolgreich und kann die Einnahmedauer der Tabletten verkürzen", sagt Dr. Oliver Mainusch.

Verpilzte Nägel niemals ausreißen

Parallel zur Tabletteneinnahme müsse der behandelnde Arzt die Blutwerte der Leber verfolgen. "Auch Nebenwirkungen wie temporärer Geschmacksverlust sind möglich", erklärt der Facharzt.

Das Ziel aller Therapieoptionen gegen Nagelpilz sei es, den oder die befallenen Nagel/Nägel "von der Pilzlast zu befreien", wie der Dermatologe sagt. Das geschehe vor allem durch das Schleifen der Nägel. "Das Ausreißen von befallenen Nägeln ist absoluter Quatsch", warnt Dr. Mainusch.

Wirkung der Lasertherapie gegen Nagelpilz noch unbewiesen

Als individuelle Gesundheitsleistung (IGeL) stehe außerdem die Lasertherapie gegen Nagelpilz zur Verfügung. Diese Behandlung, die Kassenpatienten aus eigener Tasche bezahlen müssen, sei jedoch nicht genügend belegt und gegen die hartnäckigen Pilzsporen unwirksam, erklärt Dr. Mainusch.

Einige seiner Kollegen sprechen sich für eine Aufnahme der Lasertherapie in die Leitlinien zur Nagelpilzbehandlung aus. Das sei jedoch vor allem als rechtliche Absicherung der Ärzte zu sehen, die eine Laserbehandlung durchführen, sagt Dr. Oliver Mainusch: "Bei einer Verankerung in den Leitlinien würde sich die Frage stellen: Wenn die Lasertherapie in den Leitlinien steht, warum wird sie dann keine Kassenleistung?"

Hausmittel bekämpfen den Pilz nur augenscheinlich

Auch von Hausmitteln gegen Pilzinfektionen rät der Hautarzt eher ab: Zwar könnten Substanzen wie Essig oder Teebaumöl einem Laien wirksam erscheinen. Es mit Hausmitteln gegen Nagelpilz versuchen sollten Betroffene aber nur, wenn ein Facharzt überhaupt eine entsprechende Diagnose gestellt hat.

"Viele Nagelveränderungen ähneln einer Pilzinfektion, sind aber keine", erklärt der Dermatologe. Alleine die intensive Pflege - ob mit Essig, Eigenurin oder anderen Hausmittelchen - könne solche Nagelveränderungen verschwinden lassen. Fakt sei aber, dass die Wirkung von Hausmitteln auf eine echte Nagelpilz-Erkrankung wissenschaftlich bis dato nicht bewiesen werden konnte. Für oben genannte Wirkstoffe sei dieser Beweis dagegen erbracht, erläutert Dr. Mainusch.