

7 oplossingen voor kalknagels

Hoe kom je van kalknagels af en wat zijn kalknagels precies?
Op deze vragen geeft deze PDF antwoord.

Wat is een kalknagel?

Een kalknagel heeft niets met kalk te maken, maar alles met schimmels. Door de schimmelinfectie komt er vaak een laagje over de nagel heen die aandoet als een soort kalkaanslag. Door de infectie wordt de nagel dof en ontstaan er gele of witte vlekken. De nagelranden kunnen witgeel, groen of bruin worden. Na verloop van tijd wordt de nagel dikker, broos en brokkelig.

Kalknagels zijn zowel voor anderen als voor je andere (teen)nagels besmettelijk. Wanneer de nagel niet behandeld wordt, dan kan de nagel splijten en op een gegeven moment zelfs loslaten.

Hoe te behandelen?

Er zijn vele manieren om van je kalknagels af te komen. De ene methode duurt zoals in de gelijknamige blog duidelijk wordt wat langer, de andere is wellicht wat minder tijdrovend, maar des te ingrijpender. Lees hieronder de tips die ik ben tegengekomen, waarvan ik er zelf met een aantal ervaring heb.



Door Anna Zeven
Bijlage bij de blog

'7 oplossingen voor kalknagels'
Te vinden op www.armyoflove.nl



Behandelmethoden voor kalknagels

op volgorde van ingrijpendheid

- 1 **Azijn:** Azijn heeft van nature een schimmelwerende werking vanwege de hoge zuurgraad. Week de nagel elke dag gedurende een kwartier in een bakje met pure azijn (geen schoonmaakazijn!) of stip de nagel tweemaal per dag aan met appelazijn. Hou dit zo'n 5 tot 15 maanden vol. Net zo lang, totdat de schimmel volledig uit de nagel is gegroeid. (Geprobeerd!)
- 2 **Tea tree olie:** Deze natuurlijke olie staat bekend om zijn antivirale, ontstekingsremmende en schimmeldodende werking. Smeer de nagel tweemaal per dag in met tea tree olie. Hou dit zo'n 5 tot 15 maanden vol. Net zo lang, totdat de schimmel volledig uit de nagel is gegroeid. (Geprobeerd!)
- 3 **Baksoda (zuiveringszout):** Heeft een soortgelijke zuurtegraad als azijn en dus ook een soortgelijk natuurlijk effect. Maak een pasta van de baksoda en water (2:1) en smeer dit twee keer per dag op de nagel en omringende huid en laat 15 tot 20 minuten zitten. Hou dit zo'n 5 tot 15 maanden vol. Net zo lang, totdat de schimmel volledig uit de nagel is gegroeid.
- 4 **Middeltje van de drogist:** Een minder natuurlijke keus, maar ze beloven wel sneller te werken. Veil elke week de aangetaste delen van de nagel af en breng de vloeistof aan op de nagel. Volg hierbij de aanwijzingen van de bijsluiter. Houd dit net zo lang vol, totdat de schimmel volledig uit de nagel is gegroeid. Dit kan wederom flink wat maanden in beslag nemen. (Geprobeerd!)
- 5 **Medicijnen:** Medicatie met een antischimmelwerking. Helaas werken ze niet altijd en ze kunnen bijwerkingen hebben. Hoe vaak en hoeveel je hiervan nodig zou hebben, is mij niet duidelijk.
- 6 **Laseren:** De nagel wordt verhit, waardoor de schimmel afsterft. Dit kan zeer pijnlijk zijn, moet diverse keren herhaald worden en kan verlies van de nagel veroorzaken. Het kan een paar maanden tot een jaar duren, voordat de nieuwe nagel weer is aangegroeid.
- 7 **PurO3 Toe and Nail Support (met ozon):** Grapje natuurlijk dat deze onderaan staat. Maar ingrijpend is hij zeker! Want voor mij is het de meest prettige, pijnloze en effectieve manier gebleken. Doe er je voordeel mee!

