Nagelschimmel

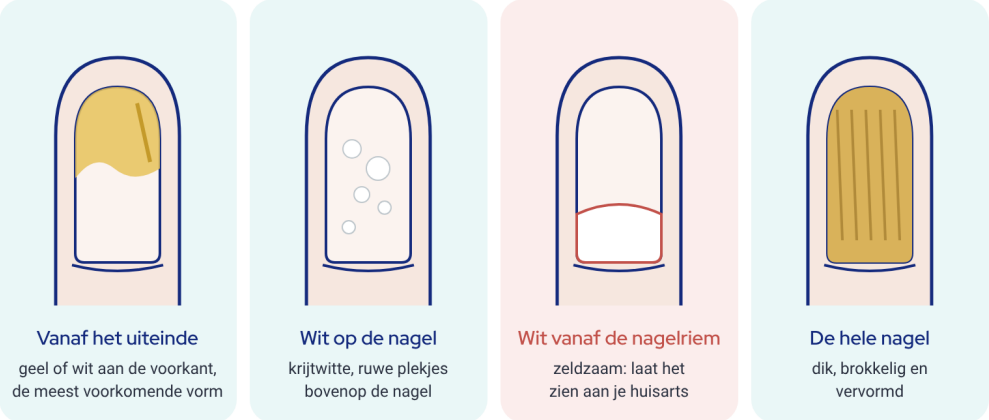
Hoe het ontstaat, hoe het eruitziet en wat je kunt verwachten

Het doel van deze folder

Deze folder is voor mensen met een teennagel die geel, dik of brokkelig is geworden. Je leest wat nagelschimmel is, welke vormen er zijn en waarom het zo lang duurt. Ook lees je waarom je eerst laat onderzoeken of het echt schimmel is.

Nagelschimmel: de vormen

Waar de schimmel binnenkomt, bepaalt hoe de nagel eruitziet.



Wat nagelschimmel is

Nagelschimmel is een schimmel in de nagel. Je hoort ook wel kalknagel, al zit er geen kalk in. De schimmel leeft van de keratine in de nagel. Omdat er geen bloedvaten in de nagel zitten, kan je afweer er niet goed bij. Daarom gaat nagelschimmel bijna nooit vanzelf weg.

Hoe het begint

Bij ongeveer een op de drie tot vier mensen met nagelschimmel zit er ook schimmel op de huid van de voet. Vaak komt de schimmel van de huid tussen de tenen naar de nagel. Een beschadigde nagel, bijvoorbeeld door druk in de schoen of door sport, is een open deur.

De vormen

- **Vanaf het uiteinde:** de meest voorkomende vorm. De nagel wordt geel of wit aan de voorkant of de zijkant. Onder de nagel komt brokkelig materiaal. De nagel wordt dikker en kan loskomen.
- **Wit op de nagel:** krijtwitte, ruwe plekjes bovenop de nagel. Deze vorm zit oppervlakkig.
- **Wit vanaf de nagelriem:** de nagel wordt wit vanaf de achterkant, terwijl de voorkant nog normaal is. Deze vorm is zeldzaam. Ga ermee naar de huisarts, omdat het kan passen bij een verminderde afweer.
- **De hele nagel:** de hele nagel is dik, brokkelig en vervormd. Dat is het eindstadium van een lang bestaande infectie.

Niet elke gele nagel is schimmel

Minder dan de helft van de dikke, gele teennagels komt door een schimmel. Vaak komt het door druk en stoten, bijvoorbeeld door schoenen, sport of een scheve stand van de tenen. Ook psoriasis kan de nagels veranderen. Een groene nagel komt meestal door een bacterie. Een bruine of zwarte streep in de nagel laat je altijd snel door de huisarts bekijken.

Behandelen of niet

Behandelen hoeft niet. Nagelschimmel is meestal geen gevaar voor je gezondheid. Een uitzondering

is diabetes: dan kan een dikke nagel een wondje of een infectie geven. Overleg dan met je huisarts. Veel mensen hebben vooral last van pijn in de schoen of schamen zich voor hun nagels. Dat zijn goede redenen om er iets aan te doen.

Als je wilt behandelen

Laat eerst onderzoeken of het schimmel is. De behandeling die het beste werkt, is een kuur met tabletten van drie maanden, via de huisarts.

Middelen om op de nagel te smeren werken veel minder goed. Lees er meer over in de folder Behandeling van nagelschimmel.

Geduld

Een teennagel groeit twaalf tot achttien maanden voordat hij helemaal vernieuwd is. Pas dan zie je het resultaat. Ook na een goede behandeling komt nagelschimmel bij twee tot vijf op de tien mensen terug.

Neem contact op met je huisarts bij:

- voetschimmel die na twee tot vier weken goed smeren niet beter wordt
- twijfel of het wel schimmel is
- een dikke, schilferende voetzool, of kloven die pijn doen
- roodheid, warmte, zwelling of pus, een rode streep of koorts
- een bruine of zwarte streep in of onder de nagel, of een nagel die snel verandert
- diabetes, een slechte doorbloeding, minder gevoel in je voeten of een verminderde afweer, voordat je zelf iets doet

Er is alles aan gedaan om ervoor te zorgen dat de informatie in deze folder juist is. Toch is niet elke behandeling geschikt of werkzaam voor iedereen. Je eigen arts kan je uitgebreider adviseren.

Samengesteld door dr. Annemie Galimont, dermatoloog, naar de NHG-Standaard Dermatomycosen, het ProVoet-protocol Schimmelinfecties aan de voeten en het e-book Schimmelinfecties ontcijferd. Uitgave: onlinedermatologie.nl, november 2026.