Psoriasis aan de nagels

Wat je ziet, hoe het wordt behandeld en hoe je je nagels verzorgt

Het doel van deze folder

Deze folder is voor mensen met psoriasis aan de nagels van de handen of de voeten. Je leest hoe psoriasis aan de nagels eruitziet, hoe het verschilt van een schimmelnagel, welke behandelingen er zijn, waarom het lang duurt en wat je zelf kunt doen.

Psoriasis aan de nagels

Psoriasis kan ook de nagels van je handen en voeten aantasten. Bij 5 tot 8 op de 10 mensen met psoriasis doen de nagels mee. Meestal heb je ook plekken op de huid. Soms zit de psoriasis alleen aan de nagels. Het is niet besmettelijk. Afwijkende nagels vallen op en kunnen je hinderen in je werk en je dagelijks leven.

Hoe ontstaat het?

De nagel wordt gemaakt in de nagelwortel, onder de huid achter de nagelriem. Van daaruit groeit de nagel langzaam naar voren, over het nagelbed. Bij psoriasis zit er een ontsteking in de nagelwortel, in het nagelbed of op beide plekken. Beschadiging van de nagel en de nagelriem kan psoriasis aan de nagels uitlokken of erger maken.



Wat zie je?

Een ontsteking in de nagelwortel geeft putjes, witte vlekjes, dwarse groeven of een brokkelige nagel. Soms laat de hele nagel los. Een ontsteking in het nagelbed geeft een geelroze vlek onder de nagel, ook wel olievlek genoemd. De nagel kan aan het uiteinde loslaten en eronder kan de huid dik worden. Soms zie je kleine bloedinkjes als dunne rode streepjes.

Psoriasis of een schimmelnagel?

Een schimmelnagel lijkt op psoriasis aan de nagels. Putjes, een olievlek en een nagel die aan het uiteinde loslaat, passen bij psoriasis. Een brokkelige, dikke, gele nagel die aan de vrije rand begint, kan een schimmelnagel zijn. Het kan ook allebei tegelijk, zelfs in dezelfde nagel.

Met het oog is het verschil niet goed te zien. Laat de huisarts daarom een stukje nagel onderzoeken voordat je met een behandeling begint. Een middel tegen schimmel helpt niet tegen psoriasis. Een onbehandelde schimmel kan zich uitbreiden.

Nagels en gewrichten

Psoriasis aan de nagels en ontstoken gewrichten gaan vaak samen. Van de mensen met psoriasis en

een ontsteking van de gewrichten (artritis psoriatica) heeft ruim 8 op de 10 afwijkingen aan de nagels. Daarom vraagt je arts ook naar putjes in je nagels.

Let op stijve gewrichten in de ochtend, een dikke, pijnlijke vinger of teen en pijn aan de hiel. Vertel het je arts als je dit merkt. In de folder Psoriasis en gewrichten lees je meer.

Wat is er aan te doen?

Psoriasis aan de nagels is te behandelen. Het duurt lang en het resultaat verschilt per persoon. Hoe eerder je begint, hoe beter het meestal werkt. Meestal behandelt de dermatoloog de nagels. Heb je er veel last van, vraag dan je huisarts of een verwijzing zinvol is.

Smeren

Doen 3 nagels of minder mee, dan krijg je meestal een middel om te smeren:

- een zalf met calcipotriol (vitamine D) en betamethason (hormoon) samen;
- een vitamine D-zalf;
- tacrolimuszalf, zonder hormoon (off-label, want niet geregistreerd voor psoriasis);
- een sterke hormoonzalf (corticosteroïd), soms een korte tijd onder afdekking. Dek alleen af als je arts dat zegt.

Zit de ontsteking in het nagelbed, smeer dan op de nagel en eronder, waar de nagel loslaat.

Een injectie bij de nagelwortel

Een middel om te smeren komt moeilijk bij de nagelwortel. Zit de ontsteking daar, dan kan de dermatoloog een hormoon (corticosteroïd) inspuiten bij de nagelwortel. Dat werkt vaak goed. Het prikken doet pijn en moet een paar keer herhaald worden.

Behandeling in het hele lichaam

Doen meer dan 3 nagels mee, of zijn ook je gewrichten ontstoken? Dan kan een behandeling met tabletten of injecties een goede keus zijn.

Voorbeelden zijn methotrexaat, acitretine, ciclosporine en biologics. Ze kunnen de nagels duidelijk verbeteren en veel ervan werken ook op de huid en de gewrichten. Omdat ze bijwerkingen kunnen hebben, kies je samen met je dermatoloog wat bij jou past. In de folder Tabletten en injecties bij psoriasis lees je meer.

Hoe lang duurt het?

Nagels groeien langzaam. Een vingernagel is in ongeveer een half jaar helemaal vernieuwd, een teennagel in 1 tot 1,5 jaar. Wat je nu aan het uiteinde ziet, ontstond maanden geleden in de wortel.

Een behandeling die vandaag begint, zie je pas na maanden, als het oude deel van de nagel is uitgegroeid. Stop daarom niet na een paar weken. Spreek met je arts af wanneer jullie bekijken of de behandeling werkt.

Wat je zelf kunt doen

Het belangrijkste is dat je de nagels en nagelriemen niet beschadigt.

- Houd je nagels kort en vijl ze recht. Knip ze niet schuin en vijl ze niet ver rond.
- Bijt niet op je nagels. Pulk niet aan de nagelriem en duw of knip hem niet weg.
- Masseer elke dag een vettende crème in de nagel en de nagelriem.
- Laat de dikke laag onder een losse nagel zitten. Weghalen trekt de nagel verder los.
- Gebruik geen nagellak, gel of kunstnagels zolang de psoriasis actief is. Het aanbrengen en verwijderen beschadigt de nagel.
- Draag schoenen die niet op je teennagels drukken, en handschoenen bij nat of zwaar werk.
- Vertel je pedicure of nagelstyliste dat je psoriasis hebt. Vraag om weinig te frezen, niet ver onder de nagel te werken en de nagelriem te sparen.

Neem contact op met je huisarts bij:

- twijfel of het psoriasis of een schimmelnagel is
- nagels waar je veel last van hebt, in je werk of in je dagelijks leven
- pijn, zwelling of stijfheid van gewrichten, of een dikke, pijnlijke vinger of teen
- een rode, warme, pijnlijke zwelling naast de nagel, of pus

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 NVDV-richtlijn Psoriasis (2025), de NHG-Standaard Psoriasis (2014, gedeeltelijk herzien in 2023), het e-book Psoriasis en eczeem ontcijferd en Pasch, behandeling van nagelpsoriasis (Drugs, 2016). Uitgave: onlinedermatologie.nl, oktober 2026.