



10 unglaubliche Hausmittel gegen Nagelpilz, die Sie kennen sollten

Hier finden Sie die gängigsten Hausmittel gegen Nagelpilz.

Auch wenn es manchmal schwierig ist das richtige Hausmittel zu finden, so ist es doch manchmal gar nicht so weit entfernt. Die meisten Hausmittel haben Sie bereits in Ihrem Haushalt, wie der Name es schon vermuten lässt.

Nagelpilz ist weit verbreitet, kann aber schwierig zu behandeln sein, insbesondere wenn er schwerwiegend ist und die meisten Nägel betrifft. Unabhängig von der Behandlung sollten die Nägel vor der Anwendung des Mittels getrimmt und vorzugsweise debridiert werden (d. h. der Großteil des beschädigten Nagels sollte entfernt werden). Wechseln Sie täglich die Socken und tragen Sie …



Hier finden Sie die gängigsten Hausmittel gegen Nagelpilz. Auch wenn es manchmal schwierig ist das richtige Hausmittel zu finden, so ist es doch manchmal gar nicht so weit entfernt. Die meisten Hausmittel haben Sie bereits in Ihrem Haushalt, wie der

Name es schon vermuten lässt.

Nagelpilz ist weit verbreitet, kann aber schwierig zu behandeln sein, insbesondere wenn er schwerwiegend ist und die meisten Nägel betrifft. Unabhängig von der Behandlung sollten die Nägel vor der Anwendung des Mittels getrimmt und vorzugsweise debridiert werden (d. h. der Großteil des beschädigten Nagels sollte entfernt werden). Wechseln Sie täglich die Socken und tragen Sie Schuhe, die gut belüftet sind und Ihre Füße atmen lassen.

Untersuchungen haben gezeigt, dass die folgenden Hausmittel bei Nagelpilz wirksam sind, in manchen Fällen sogar wirksamer als verschreibungspflichtige oder frei verkäufliche Arzneimittel:

- Wick Vaporub
- Schlangenwurzelextrakt (*Ageratina pichinchensis*)
- Teebaumöl (*Malaleuca alternifolia*)
- Oreganoöl
- Ozonisiertes Olivenöl

Andere Hausmittel, die zwar funktionieren können, für die es aber keine Studien gibt, die ihre Verwendung zur Behandlung von Nagelpilz unterstützen, sind

- Listerine-Mundspülung
- Olivenblattextrakt
- Apfelessig
- Knoblauch
- Backpulver

Hausmittel gegen Nagelpilz

Wick Vaporub

83 % (15 von 18) der Personen, die 48 Wochen lang einmal täglich Wick Vaporub auf ihre pilzbefallenen Nägel auftrugen, zeigten einen positiven Behandlungseffekt: 27,8 % berichteten

über eine mykologische und klinische Heilung und 55,6 % über eine teilweise Beseitigung.

Nur bei 3 % der Teilnehmer trat keine Veränderung auf. Alle 18 Personen bewerteten ihre Zufriedenheit mit dem Aussehen der Nägel am Ende der Behandlung als zufrieden oder sehr zufrieden. Die Wirkstoffe von Wicks Vaporub, darunter Thymol, Menthol, Kampfer und Eukalyptusöl, haben sich in Laborstudien als wirksam bei der Abtötung von Pilzen erwiesen.

Wick Vaporub hatte in dieser Studie mit 18 Personen mit Nagelpilz eine Heilungsrate von 27,8 %, aber fast alle berichteten über eine gewisse Verbesserung.

Schlangenwurzelextrakt (*Ageratina pichinchensis*)

Schlangenwurzelextrakt wird in der traditionellen mexikanischen Medizin seit langem zur Behandlung von Pilzinfektionen der Haut verwendet. In einer Studie, in der eine topische Lösung aus Schlangenwurzelextrakt mit 8%igem Ciclopirox zur Behandlung von Nagelpilz bei 96 Personen verglichen wurde, wurde berichtet, dass Schlangenwurzelextrakt bei 71,1% therapeutisch wirksam war und bei 59,1% eine mykologische Heilung eintrat, während 80,9% eine therapeutische Wirksamkeit von Ciclopirox und 63,8% eine mykologische Heilung angaben. Bei beiden Behandlungen wurden keine schweren Nebenwirkungen berichtet.

Schlangenwurzelextrakt, der im ersten Monat jeden dritten Tag, im zweiten Monat zweimal pro Woche und im dritten Monat einmal pro Woche angewendet wurde, war bei der Behandlung und Heilung von Nagelpilz nur geringfügig weniger wirksam als verschreibungspflichtige Salben.

Teebaumöl (*Malaleuca alternifolia*)

100%iges Teebaumöl, das zweimal täglich direkt auf die

infizierten Zehennägel aufgetragen wird, war vergleichbar mit der Behandlung mit einer 1%igen Clotimazol-Lösung zweimal täglich. 60% in der Teebaumöl-Gruppe berichteten über eine vollständige oder teilweise Heilung und 18% über eine mykologische Heilung nach 6 Monaten, verglichen mit 61% bzw. 11% in der Clotrimazol-Gruppe.

In einer anderen Studie wurde festgestellt, dass eine Kombination aus einem Antimykotikum (Butenafin 2 %) und einer 5%igen Teebaumöl-Creme eine Heilungsrate von 80 % aufweist, während die Heilungsrate bei der alleinigen Anwendung von Teebaumöl 0 % betrug.

Teebaumöl hat das Erscheinungsbild der Nägel nach 6-monatiger Anwendung genauso gut verbessert wie Clotrimazol 1%, aber die Verwendung von Teebaumöl in Kombination mit einem Antimykotikum scheint viel wirksamer zu sein.

Oreganoöl

Oregano-Öl enthält Thymol, das Untersuchungen zufolge eine ausgezeichnete antimykotische und antibakterielle Wirkung hat. Obwohl es keine Studien zur Verwendung von Oregano-Öl bei Nagelpilz gibt, wurde in einer Studie, in der eine kombinierte topische Behandlung mit ätherischen Ölen von Oregano, Limette und Teebaum verwendet wurde, eine vollständige mykologische Heilung von 78,5 % nach 12 Monaten einmal täglicher Anwendung berichtet.

Oregano-Öl hat antimykotische Eigenschaften und kann bei der Behandlung von Nagelpilz wirksam sein, aber es fehlen klinische Studien, obwohl eine topische Kombinationsbehandlung, bei der Oregano-Öl mit Limonen- und Teebaumöl kombiniert wurde, nach 12-monatiger Anwendung eine Heilungsrate von 78,5 % aufwies.

Ozonisiertes Olivenöl und andere ozonisierte Öle

Ozonisiertes Olivenöl ist eine Kombination aus Olivenöl und

Ozon und wird durch Behandlung des Olivenöls mit Ozon hergestellt, wodurch ein Ozonreservoir entsteht, das langsam in die Haut oder den Nagelbereich abgegeben wird. Ozon ist eines der besten bekannten bakteriziden, antimykotischen und antiviralen Mittel und stellt eine vielversprechende und notwendige Alternative zu den derzeitigen antimikrobiellen Mitteln dar, da es billig in der Herstellung ist und Resistenzen vermeiden kann. Eine Laborstudie zeigte, dass ozonisiertes Olivenöl das Wachstum von fünf verschiedenen Pilzstämmen hemmt, wenn auch in geringerem Maße als herkömmliche Mittel.

In einer anderen Studie, in der ozonisiertes Olivenöl drei Monate lang zweimal täglich mit einer 2%igen Ketoconazol-Creme verglichen wurde, wurde festgestellt, dass 90,5 % mit Oleozon geheilt wurden und 9,5 % über eine Verbesserung ihres Nagelpilzes berichteten, während nur 13,5 % mit Ketoconazol geheilt wurden und 27,5 % eine Verbesserung erfuhren. Bei 59 % blieb der Zustand unverändert.

Ozonisierte Öle, einschließlich ozonisiertem Olivenöl, sind vielversprechende antimykotische Mittel, die bei der Behandlung von Nagelpilz deutlich wirksamer zu sein scheinen als herkömmliche Mittel.

Listerine Mundspülung

Die Original-Mundspülung von Listerine enthält Inhaltsstoffe wie Thymol, Menthol und Eukalyptol, die antimykotische und antibakterielle Eigenschaften haben, und es gibt einen Trend zu Listerine-Fußbädern zur Behandlung von Fußpilz und anderen Fußpilzinfektionen wie Zehennagelpilz.

Ein 20- bis 30-minütiges Fußbad mit Listerine weicht die Nagelplatte auf, so dass die in Listerine enthaltenen natürlichen antimykotischen Wirkstoffe wie Thymol und Eukalyptol in den Nagel eindringen und den Pilz abtöten können; es liegen jedoch keine Studien vor, die die Anwendung unterstützen.

Olivenblattextrakt

Olivenblattextrakt enthält Oleuropein, dem antimykotische und antibakterielle Eigenschaften nachgesagt werden, und einige Studien haben gezeigt, dass es gegen den Hefepilz *Candida albicans* wirksam ist. Es gibt einige Hinweise darauf, dass es bei oraler Einnahme (durch den Mund) gegen Nagelpilz wirksam sein könnte, aber es konnten keine qualitativ hochwertigen Studien gefunden werden.

Olivenblattextrakt ist möglicherweise wirksam bei der Behandlung von Nagelpilz, aber es wurden keine Studien gefunden, die seine Anwendung unterstützen.

Apfelessig

Apfelessig kann den pH-Wert der Haut senken, was die Anzahl unerwünschter Pilze auf der Haut verringern und Nagel- und Fußpilzinfektionen behandeln kann. Einige Experten raten, zwei Esslöffel Apfelessig in ein Fußbad mit lauwarmem Wasser zu geben und 20 Minuten lang darin zu baden. Dies kann weniger reizend sein als Listerine-Fußbäder.

Apfelessig ist möglicherweise wirksam bei der Behandlung von Nagelpilz, aber es wurden keine Studien gefunden, die seine Anwendung unterstützen.

Knoblauch

Knoblauch hat starke antimykotische Eigenschaften und ist eines der ältesten Hausmittel zur Behandlung von Zehennagelpilz. Die meisten Menschen zerkleinern eine Knoblauchzehe und tragen sie einmal täglich für 20 bis 30 Minuten auf den infizierten Nagel auf. Aber Knoblauch kann die Haut reizen, und der Geruch schreckt viele Menschen ab.

Knoblauch ist ein bekanntes Mittel gegen Nagelpilz, aber es gibt keine klinischen Studien, die seine Anwendung unterstützen,

und er kann die Haut reizen und einen unangenehmen Geruch haben.

Natriumbikarbonat

Backpulver, das zu einer Paste verarbeitet und drei- bis viermal täglich 15 Minuten lang auf den infizierten Nagel aufgetragen wird, entzieht dem Nagel überschüssige Feuchtigkeit, was das Pilzwachstum verringern kann, den Pilz aber wahrscheinlich nicht vollständig beseitigt.

Fazit: Backpulver kann dazu beitragen, überschüssige Feuchtigkeit aus den Füßen zu entfernen, aber es ist unwahrscheinlich, dass es Zehennagelpilz beseitigt, und es gibt keine klinischen Studien, die seine Anwendung unterstützen.

Folgende Artikel können Ihnen ebenfalls weiterhelfen, da sie das gleiche Thema aus einem anderen Licht betrachten:

Themenverwandte Artikel:

[fu_postlist search='stuff' maxposts=10 search="Nagelpilz"]

Besuchen Sie uns auf: natur.wiki