

## AKTION FIT FÜR DIE BERATUNG

**F**ußpilz (*Tinea pedis*) gehört zu den häufigsten Hauterkrankungen. Schätzungen zur Prävalenz gehen davon aus, dass rund 30 Prozent aller Bürger davon betroffen sind. Hand in Hand geht eine Fußpilzinfektion sehr oft mit einem noch hartnäckigeren Leiden: Mit Nagelpilz, von Medizinern als Onychomykose bezeichnet. Alarmierend: Jeder zweite Fußpilzbetroffene entwickelt eine Nagelpilzinfektion.

**Dermatophyten sind zäh** Grundsätzlich befinden sich bei jedem Menschen auf der Haut und den Schleimhäuten in geringer Anzahl Pilze, die meisten im Bereich der

gehören. Die Erreger ernähren sich von organischen Stoffen wie etwa abgeschilferten Hautmaterial. Insofern finden sie auf der Hautoberfläche ideale Lebensbedingungen. Vornehmlich in Schwimmbädern, Saunen, Dusch- und Umkleieräumen gelangen die Pilze mit abfallenden Hautschüppchen auf den Boden und warten dort auf den nächsten nackten Fuß, an den sie sich „klammern“ können. Aber auch über gemeinsam benutzte Gegenstände – etwa Handtücher und Badelatschen – ist eine Übertragung möglich. Eine Studie hat ergeben, dass bereits neue Schuhe, die im Schuhgeschäft zum Verkauf stehen, von Pilzen befallen sein können.

eigene Barrierefunktion beeinträchtigt und es den Dermatophyten so ermöglicht, bis in tiefere Hautschichten vorzudringen. Folge ist eine Fußpilzinfektion, die durch charakteristische Symptome auf sich aufmerksam macht: Juckreiz, hell bis rötlich verfärbte, schuppende Haut, Brennen, Schmerzen, Bläschenbildung und Hauteinrisse gehören dazu.

**Erst Fuß-, dann Nagelpilz** Wird ein Fußpilz nicht rasch und ausreichend behandelt, kann es zu einem Befall der Nagelplatte kommen. Dann ist von Nagelpilz die Rede. Er beginnt meist am freien Rand des Nagels und entwickelt sich zur Na-

# Nie wieder!

Er heilt nicht von selbst, ist weit verbreitet und extrem hartnäckig – der **Nagelpilz**. Wichtig ist, dass betroffene Apothekenkunden dem tückischen Übel mit der erforderlichen Konsequenz zu Leibe rücken und sich bestmöglich vor Rezidiven schützen.

Füße. Nach einer aktuellen Studie sind an der Ferse 80 unterschiedliche Gattungen lokalisiert. 60 unterschiedliche sind es am Zehennagel und zwischen den Zehen immerhin noch 40 Gattungen<sup>1</sup>. Ist die Hautbarriere intakt und das Immunsystem stabil, können sie sich aber nicht ausbreiten. Ist hingegen das mikrobiologische Gleichgewicht der Haut gestört, kann es zu einer Pilzinfektion kommen. Verursacher sind vornehmlich Fadenpilze (Dermatophyten), Hefe- und Schimmelpilze. Eine *Tinea pedis* wird in neun von zehn Fällen von Dermatophyten hervorgerufen, zu deren bekanntesten Vertretern *Trichophyton rubrum* und *Trichophyton mentagrophytes*

Dermatophyten sind zäh: In Schuhen, Socken, auf Handtüchern, Badematten & Co. können sie lange Zeit ohne Nahrung überleben. Dabei gehen sie aus ihrer vegetativen Form in eine Art Ruhephase, die so genannte Sporenphase, über. Pilzsporen sind durch einen geringen Stoffwechsel gekennzeichnet. Gelangen die Sporen auf einen neuen Wirt, können sie innerhalb kürzester Zeit in ihre vegetative und damit potenziell infektiöse Form übergehen. Die Infektion erfolgt meist im Bereich der Zehenzwischenräume, die relativ schwach durchblutet sind. Außerdem herrscht hier häufig ein feuchtwarmes und damit äußerst pilzfreundliches Klima, das die haut-

gelmitte hin. Im Anfangsstadium sind die Symptome eher unspektakulär und werden von vielen Betroffenen deshalb kaum beachtet: Der perlmuttartige Glanz der Fußnägel verschwindet, und die Nagelplatte verfärbt sich milchigtrüb, auch gelbliche bis bräunliche Verfärbungen sind typisch. Im Verlauf der Infektion bildet sich unter der Nagelplatte eine Verhornung, die dazu führen kann, dass sich der infizierte Nagel verdickt und teilweise vom Nagelbett abhebt. Der Nagel wird bröselig. Im schlimmsten Fall kann der Pilz den gesamten Nagel zerstören.

An Zehennägeln tritt eine Onychomykose vier Mal häufiger auf als an

<sup>1</sup> Keisha Findley et al. Topographic diversity of fungal and bacterial communities in human skin. *Nature* 213 Mai 22, doi:10.1038/nature12171

## TIPPS ZUR BEHANDLUNG

Da häufig nicht alle Nägel eines Fußes betroffen sind, bedarf es einer konsequenten Fußhygiene und Pflege, um einer Ausweitung der Infektion auf die noch gesunden Nägel vorzubeugen. Hierfür bieten sich als Ergänzung zu einem therapeutischen Nagellack spezielle Nagelschutzpräparate aus der Apotheke an. Zum Beispiel: GEHWOL med<sup>®</sup>, Nagel- und Hautschutz-Creme, GEHWOL med<sup>®</sup>, Nagel- und Hautschutz-Öl, GEHWOL med<sup>®</sup>, Nagelschutz-Stift.

Fingernägeln. Es gilt heute als sicher, dass sich ein Nagelpilz stets aus einem Fußpilz heraus entwickelt. Insofern können Fuß- und Nagelpilz auch als zwei unterschiedliche Stadien der gleichen Krankheit bezeichnet werden. Über das den Nagel umgebende Hautareal erschließen die Dermatophyten das Keratin der Nagelplatte als neue Nahrungsquelle. Eingebettet in Nagel, Nagelwurzel und Matrix sind die Pilze für therapeutische Wirkstoffe nur schwer zu erreichen. Nagelmykosen gehören daher zu den hartnäckigsten aller Pilzinfektionen und erfordern eine langfristige Behandlungsstrategie.

**Behandlung nach Maß** Zur Feststellung einer Nagelpilzinfektion ist immer eine ärztliche Untersuchung erforderlich. Der Mediziner muss entscheiden, welche Behandlung im Einzelfall die bestmöglichen Heilungschancen verspricht. Dabei wird er individuelle Faktoren berücksichtigen, etwa das Alter und eventuell vorhandene Grunderkrankungen des Patienten, den Schweregrad des Pilzbefalls sowie die Zahl der infizierten Nägel. Möglich ist es, der Onychomykose mit einer topischen Therapie oder auch systemisch zu Leibe zu rücken. Systemische Antimykotika mit den Wirkstoffen Terbinafin, Itraconazol, Griseofulvin und Fluconazol sind verschreibungspflichtig und werden vom Arzt verordnet. Lokaltherapeutika sind nicht rezeptpflichtig, sollten für die Selbstmedikation aber nur dann empfohlen werden, wenn sich das Apothekenteam vergewissert hat, dass die Diagnose „Nagelpilz“

durch eine klinische und eine laboratoriumsmedizinische Untersuchung gesichert ist.

„Eine alleinige topische Therapie der Onychomykose ist nach aktueller Expertenmeinung nur dann indiziert beziehungsweise Erfolg versprechend, wenn die distale Nagelplatte zu weniger als 50 Prozent befallen ist und keine Matrixbeteiligung vorliegt“, heißt es in einer aktuellen Stellungnahme der GD Gesellschaft für Dermopharmazie e. V. „Wenn eine topische Therapie in Erwägung gezogen wird, sollten Mittel verwendet werden, die für diese Indikation zugelassen sind. In Deutschland sind dies fünf- beziehungsweise achtprozentige Nagellacke mit den antimykotischen Wirkstoffen Amorolfin und Ciclopirox sowie ein anders zu handhabendes Präparat mit einem Prozent Bifonazol und 40 Prozent Harnstoff.“

Gut zu wissen: Bei diesen Lokaltherapeutika handelt es sich um ▶

## AKTION FIT FÜR DIE BERATUNG

► erklärungsbedürftige Arzneimittel. Deshalb ist die Beratungskompetenz der PTA gefragt: Erläutern Sie Ihren Kunden im Beratungsgespräch wie das jeweilige Präparat anzuwenden ist. Wichtig ist auch der Hinweis, dass die Therapie ein Höchstmaß an Geduld und Konsequenz erfordert. „Bei Abgabe eines Ciclopirox- oder Amorolfingnagellacks sollte außerdem darauf

**Sinnvolle Ergänzungen** Als sinnvolle unterstützende Maßnahme der topischen Behandlung kann ein fachkundiger Beschleif der erkrankten Nagelplatte durch einen Podologen empfohlen werden. Durch Schleifen kann nicht nur die Pilzmasse mechanisch reduziert, sondern auch die Penetration der aufgetragenen Wirksubstanz verbessert werden. „Ferner kann eine sachgerechte Desinfektion

müssen deshalb mit wirkstoffhaltigem Nagellack therapiert werden. Die „gesunden“ benachbarten Nägel sind jedoch einem erhöhten Infektionsrisiko ausgesetzt und deshalb schutzbedürftig. Empfehlen Sie Ihren Kunden deshalb, die gesunden Nägel während der gesamten Behandlungsdauer mit hochwertigen, antimycetisch wirksamen Nagel- und Hautschutzprodukten vor einer Pilzübertragung zu bewahren. Eine gute Wahl sind Clotrimazol-haltige Pflegeprodukte (z. B. GEHWOL med<sup>®</sup> Nagel- und Hautschutz-Creme, GEHWOL med<sup>®</sup> Nagel- und Hautschutz-Öl), denn der bewährte und gut verträgliche Wirkstoff schützt vor Pilzinfektionen. Clotrimazol eliminiert zuverlässig Hefe-, Schimmel- und Fadenpilze, und somit auch die Erreger, die für Nagelmykosen verantwortlich sind. Neben Clotrimazol enthalten entsprechende Nagel- und Hautschutzpräparate auch eine Reihe hochwertiger Pflegesubstanzen. So etwa regenerierendes Panthenol, das die Nägel stabilisiert, glättet und Feuchtigkeit spendet, sowie den bewährten Kamillenwirkstoff Bisabolol, der über hautberuhigende, reizlindernde und entzündungshemmende Eigenschaften verfügt. Raten Sie Ihren Kunden, die entsprechende Nagelpflege ein bis zwei Mal täglich direkt in den Nagel und die Nagelhaut einzumassieren. Praktisch – auch für unterwegs und die Handtasche – sind vor Nagelpilz schützende Präparate, die wirksam, bequem und gleichzeitig sparsam in der Anwendung sind (z. B. GEHWOL med<sup>®</sup> Nagelschutz-Stift). Kunden, die ihre Nägel und die umgebende Haut regelmäßig mit entsprechenden „Pflege-Profis“ verwöhnen, sind nicht nur besser vor Nagelpilz geschützt, sondern werden auch mit einer glatten, glänzenden und gesunden Nageloberfläche belohnt. ■

Andrea Neuen-Biesold,  
Freie Journalistin

### VORBEUGEN, BITTE!

Schon mit einfachen Maßnahmen ist es möglich, Fuß- und Nagelpilzerreger in Schach zu halten. Was Sie Ihren Kunden zur Vorbeugung von Pilzinfektionen raten können:

- + **Füße waschen:** Tägliches Waschen befreit von Schmutz, Schweiß und oberflächlich anhaftenden Bakterien und Pilzen. Wohltuend, desodorierend und desinfizierend wirkt ein Fußbad mit natürlichen ätherischen Ölen (z. B. GEHWOL<sup>®</sup> Fußbad).
- + **Füße „trockenlegen“:** Nach jedem Wasserkontakt ist gründliches Abtrocknen wichtig. Dabei gilt: Zehenzwischenräume nicht vergessen!
- + **Füße eincremen:** Fußcremes mit hochwertigen Pflegekomponenten, die für eine intakte Hautbarriere sorgen, sollten täglich verwendet werden. Manche Präparate enthalten zusätzlich antimycetisch wirksame Inhaltsstoffe wie Climbazol.
- + **Füße lüften:** Fußpilz gedeiht besonders gut im feucht-warmen Klima von geschlossenem Schuhwerk, etwa in Gummistiefeln und luftundurchlässigen Sportschuhen, sowie in synthetischen Strümpfen. Vorbeugen kann, wer die Schuhe von Tag zu Tag wechselt und nach jedem Tragen gut trocknen und lüften lässt. Strümpfe aus Naturfasern und täglicher Wechsel verbessern das Klima im Schuh. Zusätzlich gut: Regelmäßig ein Fuß- und Schuheo verwenden.
- + **Füße nicht einengen:** Enges, schlecht sitzendes Schuhwerk scheuert auf der Fußhaut und schafft so Eintrittspforten für Fußpilze.
- + **Füße schützen:** Im Schwimmbad, in der Sauna, Hotels und Gemeinschaftsduschen schützen Badesandalen vor Pilzinfektionen.

hingewiesen werden, dass diese Arzneimittel in der Regel mindestens sechs Monate oder sogar länger anzuwenden sind und auch bei sachgerechter, konsequenter Anwendung nicht immer zu einer vollständigen klinischen Heilung führen“, rät die GD Gesellschaft für Dermopharmazie. „Dies relativiert die Erwartungshaltung des Betroffenen und kann Vertrauen für die Beratung in der Apotheke schaffen.“

von Schuhen und Strümpfen von Vorteil sein“, so die GD Gesellschaft für Dermopharmazie. Raten Sie von Nagelpilz betroffenen Kunden unbedingt auch zu einer konsequenten, systematischen Fuß- und Nagelpflege. Dabei kommt es insbesondere darauf an, die Fußnägel, die bisher noch nicht von Nagelpilz befallen sind, zu schützen. Bei sehr vielen Patienten, denen der Arzt zu einer Lokaltherapie rät, sind nur einige Nägel infiziert und



# FIT FÜR DIE BERATUNG

**Liebe PTA**, mit unseren Beiträgen, die wir im August, September und Oktober gemeinsam mit dem langjährigen Apothekenpartner Gehwol veröffentlichen, knüpfen wir an unsere Fußpflegereihe aus den letzten Jahren an. Die Serie soll wichtige Anwendungsbereiche für Fußpflegeprodukte erläutern. Indem ganzheitliches Wohlbefinden zunehmend in den Fokus Ihrer Kunden rückt, gewinnt dieses Sortiment zunehmend an Bedeutung – und mit ihm Ihre Beratung zur bedarfsgerechten häuslichen Fußpflege mit qualitativ hochwertigen Gesundheitsprodukten.

**Die Redaktion**

**Lesen Sie im Heft den Artikel „Nagelpilz“ ab Seite 76, notieren Sie die richtigen Antworten und schicken diese per Post, Fax oder via E-Mail an:**

DIE PTA IN DER APOTHEKE

Stichwort

»Fit für die Beratung – Nagelpilz«

Postfach 11 80 · 65837 Sulzbach (Taunus)

Fax: 0 61 96/76 67-269

E-Mail: [gewinnspiel@pta-aktuell.de](mailto:gewinnspiel@pta-aktuell.de)

**Absender, Apothekenanschrift und Berufsbezeichnung bitte nicht vergessen!**

## Das sind unsere Fragen im September:

### 1. An Zehennägeln tritt eine Onychomykose ... auf als an Fingernägeln.

A ... zwei Mal häufiger ...

B ... vier Mal häufiger ...

C ... sechs Mal häufiger ...

### 2. Im Fersenbereich gibt es ... Pilzgattungen.

A ... 80 ...

B ... 60 ...

C ... 40 ...

### 3. Ergänzend zur topischen Behandlung einer Onychomykose können nicht infizierte Nägel an benachbarten Zehen zum Schutz ...

A mit dem verwendeten therapeutischen Nagellack mitbehandelt werden.

B vom Podologen abgeschliffen werden.

C mit einem antimycetisch wirksamen Nagelschutzpräparat gepflegt werden.

## Einsendeschluss ist der 30.09.2013

Teilnahmeberechtigt sind nur Angehörige der Heilberufe sowie Apothekenpersonal. Die Verlosung erfolgt unter Ausschluss des Rechtsweges. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Eine Barauszahlung des Gewinns ist nicht möglich. Pro Person wird nur eine Einsendung berücksichtigt. Mitarbeiter der Eduard Gerlach GmbH sind von der Teilnahme ausgeschlossen. Mit der Teilnahme am Gewinnspiel erkläre ich mich einverstanden, dass meine Adresse zum Zwecke des Gewinnversandes an die Eduard Gerlach GmbH weitergegeben wird.

# MITMACHEN UND GEWINNEN!

**Folgende Preise stellt unser Aktionspartner zur Verfügung:**

## 1.Preis

Gepflegt unterwegs: Rom, Barcelona, Lissabon – der Herbst eignet sich hervorragend für einen Städtetrip in den Süden. Mit dem Kabinentrolley (55 x 40 x 20 cm) aus der Reihe Sintesis des italienischen Luxushandtaschenherstellers Bric's haben Sie alle wichtigen Dinge dabei und sparen sich bei Flugreisen die lästige Aufgabe des Gepäcks. Die leichte und dennoch robuste Schale aus Bayer-Polycarbonat wird durch edle Tragegriffe und Details aus echtem Leder ergänzt. Der Koffer bietet viel Platz im Hauptfach. Seine praktischen Spanngurte, das strapazierfähige Rollensystem sowie die robusten Tragegriffe machen den Trolley zum idealen und zugleich stilvollen Begleiter.



## 2. bis 10.Preis



Ob daheim oder auf Reisen – die sechsteiligen Gewinnsets von GEHWOL® sorgen für schöne und gepflegte Füße. Im Wärme-Balsam vermitteln Extrakte aus Algen, Paprika, Ingwer, ätherische Öle aus Rosmarin und Lavendel sowie belebender Kampfer ein angenehmes Wärmegefühl und wirken durchblutungsanregend. Trockene Haut wird mit GEHWOL med. Lipidro Creme intensiv gepflegt. Harnstoff, Glycerin, Sanddorn- und Avocadoöl und ein belebender Algenextrakt bringen die Haut in ihr natürliches Gleichgewicht. Soft und smooth wird es mit dem neuen GEHWOL® Softening-Balsam. An rauen Herbst- und Winterabenden verzaubern Milch und Honig gemeinsam mit edlem Perlmutt aus dem gleichnamigen GEHWOL®-Peeling kältegeplagte Füße mit einem herrlich duftenden Spa-Erlebnis zu Hause. Dazu passt auch das kuschelige Fußbadetuch. Und unterwegs genießen Liebhaber samtweicher Füße ihre Pflege einfach mit einem regenerierenden Fußspray.

DIE PTA IN DER APOTHEKE und GEHWOL® freuen sich auf Ihre Teilnahme.

**PTA**   
DIE PTA IN DER APOTHEKE

 **GEHWOL®**  
Alles für das Wohl der Füße.