

# METHOD A

## OPSCHOONTECHNIEK BIJ SCHIMMELNAGELS



### Reinigen

Verwijderen van aangedane nagelgedelen door uw medisch pedicure + uitleg van de opschoonteknik.  
Iedere 5 weken herhalen



### Huiswerk

Minimaal tweemaal per week de techniek thuis toepassen.  
Creëer de gewoonte om therapietrouw zijn te waarborgen



### Verzorgen

Naast de opschoonteknik ook je voeten dagelijks verzorgen. Herbesmetting voorkomen; ontsmet ook je schoenen

## Pak nú je schimmelnagels aan!

**Method A** een methode die is ontwikkeld door pedicure Asha Debi Dewari en wordt toegepast in samenwerking met uw medisch pedicure bij behandeling van schimmelnagel/kalknagel. Hierbij wordt gebruik gemaakt van natuurlijke componenten om micro-organismen vanuit de nagel en het nagelbed te bestrijden. Belangrijk is om te achterhalen wat het ontstaan en in standhouden van de aangedane nagel teweegbrengt. De oorzaak kan vanuit de schoenen komen, weerstand, trauma (ongelukje) etc.

Door gebruik te maken van natuurlijke componenten als zuren en natriumhydrogencarbonaat wordt groei van micro-organismen tegengegaan en draagt **Method A** bij aan het herstel van én om de nagelgroei weer te verbeteren met gebruik van een anti-schimmelproduct.

Foto's worden gemaakt om de voortgang bij te houden bij ieder bezoek (na acht weken moet er voortgang te zien zijn, anders overstappen op ander anti-schimmelproduct).

Tweemaal per week thuis voor of na het douchen de nagels behandelen. Tijdens de pedicure-behandeling laat uw pedicure zien hoe u dit het kunt doen om een optimaal resultaat te behalen. Het **Method A**-pakket is via de praktijk van Vechtdal VoetenZorg aan te schaffen.

## Wat is een schimmelinfectie?

De mens is altijd in contact met schimmelsporen die in principe besmettelijk zijn. Een dermatofiet (huidschimmel) infecteert bijna nooit zomaar. Er moet sprake zijn van een gunstig klimaat bij huid- en nagelinfecties, en dat zijn vooral de eigenschappen van de huid zelf. Stress, verminderde weerstand, slecht ventilerend schoeisel, hygiëne, overmatig zeepgebruik, medicatie etc. zorgen voor een verhoogde en/of verstoorde pH-waarde.

## Onychomycose: 'Kalknagels'

Ook teennagels kunnen geïnfecteerd worden door dermatofieten; onychomycose. Meestal begint dit aan de vrije nagelwand. Vooral de plaatsen waar de schoen druk geeft of waar de nagel beschadigd is door sport of een trauma of - een afwijkende stand van teen/voet.

Vandaar uit groeit de mycose in of onder de nagelplaat waarbij verdikking, verbrokkeling en totale destructie van de nagelplaat optreedt. Of de nagelplaat zelf blijft intact maar wordt door overmatig eeltgroei eronder omhoog gedrukt. Gevolg is een stagnatie in de nagelgroei.

Onychomycose treedt bij voorkeur toch al op bij slecht groeiende nagels en begint meestal aan een hoekje of randje van één nagel.

## METHOD A

Voor het beste resultaat is om te starten wenselijk het aangedane nageldeel of -delen te laten verwijderen door uw medisch pedicure. Tijdens de behandeling wordt meteen **Method A** aan u uitgelegd en uitgevoerd. Om de methode beter zijn werk te laten doen is het verstandig om iedere 5 weken de aangedane teennagels professioneel te laten bewerken en de aangedane delen te laten verwijderen.

## METHOD A Benodigdheden:

- Nagelborstel
- Sodium hydrogen natriumbicarbonaat
- Acetum
- Acidum citricum
- Fysiologisch zout
- Alcohol 80%

## De Method A Behandeling als volgt:

- Breng het natriumbicarbonaat en acetum aan op de aangedane nagelplaat. Een bruisende sensatie is dan waarneembaar.
- Bostel de nagelwal, -bed en -plaat om de beide componenten goed te laten doordringen.
- Breng vervolgens sodium hydrogen natrium bicarbonaat en acidum citricum aan op de aangedane nagelplaat.
  - Borstel weer goed de nagelwal, -bed en -plaat om de gehele omgeving te bereiken.
- Uitspoelen met fysiologisch zout-oplossing
- Desinfecteren met alcohol

Wanneer u ervoor kiest om **Method A** ná het douchen toe te passen, dan moet de nagel wel goed droog zijn. Dat kan eventueel met een föhn (pas op voor verbranding door hitte-straling). Het beste resultaat wordt verkregen door minimaal tweemaal er week deze methode toe te passen. *Het behandelen van schimmelnagels vergt veel geduld en therapietrouw zijn. Creëer een gewoonte om de kans van slagen te vergroten.*



*Pas dit tweemaal per week toe en creëer een gewoonte van deze handeling, bv voor of na het douchen wanneer je gesport hebt*