



Neglesopp - kjerringråd

Det finnes mange kjerringråd mot neglesopp – alt fra aloe vera og tetreolje til mentolsalver og eddik – men fungerer de egentlig? Anekdotiske beviser antyder at noen hjemmelagde legemidler har antifungale egenskaper og dermed kan hjelpe med å forbedre neglesoppinfeksjonen, men det finnes få vitenskapelige studier som underbygger disse påstandene. Det faktum at et topisk middel har antifungale egenskaper gjør det ikke nødvendigvis effektivt i behandlingen av neglesoppen, dette fordi det må kunne penetrere neglen og behandle neglesengen i tillegg til selve neglen for å kunne eliminere sopp. Her er noen populære kjerringråd som finnes i media og på nettet:

- *Mentolsalve eller såkalte "chest rubs"* , som ofte smøres på brystkassen for å lindre hoste og slim, er anbefalt av mange som et kjerringråd mot neglesopp. Minst én vitenskapelig studie støtter opp under ideen om at tymololje – en vanlig ingrediens i chest rubs-salvene som er ekstrahert fra urten timian – er effektiv mot neglesoppinfeksjon, men bevisene for dette er begrensede.
- *Dynking i eddik* kan forhindre veksten av visse bakterier og er et populært kjerringråd mot neglesopp, men kan ta lang tid før man oppnår synlige forbedringer.
- *Dynking i blekemiddel* har blitt brukt av noen mennesker for å behandle neglesopp, men dette kan forårsake hudirritasjoner, og det finnes få beviser som underbygger effekten av denne behandlingen.
- *Aloe vera* har antifungale og antibakterielle egenskaper, og sies å skulle forhindre neglesopp samtidig som den hjelper til med å helbrede neglen. Enten kan man dynke foten i aloe vera, eller så kan den smøres som en salve på neglen.
- *Forskjellige urter* kan forhindre veksten av bakterier og sopp, inkludert hvitløk, ingefær, timian og kamille. De blir brukt for å gi immunforsvaret en boost, og kan også ha effekt på milde negleinfeksjoner, selv om det er lite vitenskapelige bevis som understøtter dette.

Kilder:

<http://www.apotek1.no/produkter/midler-mot-neglesopp-og-misfargede-negler-12691>

<http://nhi.no/sykdommer/hud/neglelidelser/neglesopp-behandling-1625.html>

<http://www.vitusapotek.no/Sykdom-og-plager/Fotter-og-hender/Neglesopp/>

<http://www.toenailfungustreatmentreviews.com/natural-herbs-for-nail-fungus-removal>

<http://www.funginix.org/using-bleach-for-nail-fungus>

<http://www.jabfm.org/content/24/1/69>

<http://www.med.nyu.edu/content?ChunkIID=21524>

<http://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/nail-fungus/basics/lifestyle-home-remedies/con-20019319>

<http://www.drweil.com/drw/u/ART03139/Nail-Fungus.html>

<http://www.students.vcu.edu/health/docs/Onychomycosis.pdf>

http://www.johnshopkinshealthalerts.com/alerts/healthy_living/JohnsHopkinsHealthyLivingHealthAlert_3174-1.html

www.whyaloevera.com/medicinal-uses/toenail-fungus-remedy.html

Nalox – Trippelvirkende neglesoppbehandling

Nalox behandler neglesopp, reduserer misfarginger og glatter ut neglens ytre lag.

Neglesoppsymptomer

Neglesopp er årsaken til omtrent 50 % av alle neglelidelser. Hva er symptomene?