



Sprø negler – et vanlig symptom på neglesopp

Sprø negler, også kjent som onychorrhexis eller en form for negledystrofi i medisinske termer, kan ramme hvem som helst, men er spesielt vanlig blant eldre kvinner. Negledystrofi betyr bokstavelig talt dårlig negleformasjon, og tilstanden er vanligvis forårsaket av et traume eller en infeksjon, som for eksempel [neglesopp](#) (onykomykose) eller [neglepsoriasis](#). Tørr luft, hyppig håndvask og eksponering for kjemikalier kan øke risikoen for sprø negler. Aldring og arvefaktorer kan også gi svake negler og gjøre dem mer mottakelig for beskadigelse.

Hvis du har tørre og sprø negler, er proteinlaget i neglene dine tilbøyelig til å både falle og brekkes av.

Symptomer på sprø og svake negler

Vanlige symptomer på sprø og svake negler er deformerte eller flakete negleplater som ofte splittes på langs. Små deler av neglen kan falle av. Noen ganger bygges myk, gul keratin opp under neglen, noe som fører til at negleplaten sveller opp og til slutt blir løs (onykolyse). Hvis neglen faller av, vokser den kanskje ikke riktig ut igjen. Selv om negledystrofi ikke er en farlig tilstand, vil slike [negleforandringer](#) kunne bli smertefulle og sjenerende, noe som kan resultere i flauhet og stress i sosiale situasjoner.

Årsaker til sprø negler:

- Neglesopp. Onykomykose, eller neglesoppinfeksjon, er en ledende årsak til sprø negler. Sopp er parasittiske mikroorganismer som kan komme inn i neglen via små kutt eller åpninger mellom neglen og huden under. Tånegler er særlig mottakelig for onykomykose siden stramtsittende sko gir det perfekte miljøet for soppen, som trives der hvor det er mørkt, fuktig og varmt. Foruten å forårsake smuldring og negleavfall, kan soppinfeksjoner føre til [misfargede negler](#) og [tykke negler](#).
- Psoriasis. Neglepsoriasis rammer rundt halvparten av mennesker med hudpsoriasis, og tilstanden kan forårsake at lesjoner former seg under neglen noe som resulterer i splittede og deformerte negler. Hullete, løse, sprø og misfargede negler er andre symptomer på neglepsoriasis.
- Skader. Å klemme en finger eller slå en tå kan forårsake at blod hopper seg opp under neglen, noe som kan føre til misfargede og sprø negler. Til slutt er det en sjanse for at neglen separeres fra neglesengen og faller helt av. Dersom neglesengen er ødelagt som et resultat av traumet, vil den nye neglen muligens gro ut feil.
- Andre sykdommer. I noen tilfeller er sprø negler et tegn på en mer alvorlig underliggende medisinsk tilstand, slik som feilernæring, hyperthyroidisme eller andre endokrine sykdommer.

Behandling for tørre og sprø negler

Hvis du har negler som deler seg, eller sprø, splittede og svake negler hovedsakelig på grunn av miljøfaktorer, kan noen enkle livsstilsendringer hjelpe på problemet. For eksempel kan du unngå å væte hendene og føttene dine i enkelte perioder, og sørge for å tørke dem grundig etter at de har vært våte. Bruk en mild såpe og vask ikke hendene dine overdrevent ofte. Forsøk også å unngå å utsette neglene dine for kjemikalier som neglelakkjernere og bruk håndkrem på en daglig basis.

Men hvis [neglesopp](#) eller [neglepsoriasis](#) er grunnen til dine tørre, sprø og dårlige negler, vil du trenge behandling utover dette for å bli kvitt infeksjonen, og jo før du starter behandlingen, jo bedre. For milde til moderate tilfeller av onykomykose, finnes det mange kremer, salver og lakker som fås kjøpt i apoteket. Et annet alternativ er [Nalox](#) som

er en topisk behandling som behandler negler rammet av en soppinfeksjon eller psoriasis. Den forbedrer også utseende til misfargede og deformerte negler. Nalox øker hydreringen, glatter forsiktig ut negleplatens ytre lag og holder neglen i en god tilstand ved å forandre neglens mikromiljø samt forbedre negleoverflatens helhet. De første tegnene på forbedring sees vanligvis etter to til fire ukers behandling.

For alvorlige negleinfeksjoner er det ikke sikkert at en topisk antifungal behandling er nok. Din lege vil kanskje anbefale orale medikamenter, neglefjerning eller laserbehandling. Selv om det ikke finnes noen kur for neglepsoriasis, blir svært alvorlige tilfeller noen ganger behandle med steroideinjeksjoner.

Å behandle neglesopp og neglepsoriasis er utfordrende, og uavhengig av hvilken behandling du velger, så vil fullstendig helbredelse ta opptil seks måneder for en fingernegl og et år for en tånegl.

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.nlm.nih.gov/medlineplus/ency/article/003247.htm>

<http://naildystrophy.com/>

<http://www.medicineonline.com/topics/o/2/Onychoschisis/Brittle-Nails.html>

<http://www.nailsmag.com/encyclopedia/64079/onychorrhaxis>

<http://www.gpnotebook.co.uk/simplepage.cfm?ID=x20060711102306511440>

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?

Neglesoppbehandling

Å behandle neglesopp krever mye tålmodighet, hva er de forskjellige behandlingalternativene?