

## Ingegroeide teennagel

Bij een ingegroeide teennagel is de nagel in de huid gegroeid met vaak een ontsteking tot gevolg. Dit komt meestal voor bij de grote teen, maar ook andere teennagels kunnen ingroeien. Zo'n 20 procent van alle mensen die zich bij de huisarts melden met voetklachten, heeft een ingegroeide teennagel. In Nederland komt dit neer op 54 per 10.000 inwoners.

### Oorzaken

Het ingroeien van een teennagel kan verschillende oorzaken hebben:

- (Afwijkende) teenstand
- (Afwijkende) bouw van teen en/of nagels
- Trauma van de nagel
- Slecht ventilerende schoenen in combinatie met (overmatige) transpiratie
- Druk van slecht passend schoeisel
- Foutief knippen (rond knippen en/of afscheuren)

Het is belangrijk om niet alleen het probleem van de ingegroeide nagel op te lossen, maar ook de oorzaak te onderzoeken en, indien mogelijk, aan te pakken. Hiermee is de kans op terugkeer van het probleem (recidief) zo klein mogelijk.

### Onze aanpak

#### Werkwijze

Een huisarts of pedicure schakelt meestal een podotherapeut in om te ondersteunen bij een ingegroeide teennagel. Sinds 2011 is het mogelijk om zonder verwijzing een afspraak te maken bij een podotherapeut.

Een podotherapeut is de hoogst opgeleide voetspecialist in Nederland en heeft veel ervaring met het behandelen van voet- en nagelproblemen. U kunt altijd een afspraak maken, zodat we samen kunnen kijken naar de beste oplossing voor uw klacht.

#### Eerste afspraak

De behandeling start met een onderzoek van de ingegroeide nagel. Daarbij delen we de nagel in in een categorie, variërend van licht of dreigende ingroeïing tot ernstige ingroeïing met forse ontstekingsverschijnselen.

Aan de hand van deze categorie en de oorzaak van het ingroeien, stellen wij een behandeltraject op. Hierbij kunt u denken aan een nagelbeugel. In sommige gevallen kunnen we direct starten met de therapie en de oplossing.

#### Nacontrole

Elk behandeltraject bevat controlemomenten. Afhankelijk van de vooruitgang van de klachten, kijken we of we over moeten stappen naar een ander behandeltraject.

## Behandelingen

### Packing en taping

Bij een lichte of dreigende ingroeiing van de nagel kunnen we kiezen voor packing en taping. Hierbij gebruiken we een ontstekingsremmend gaasje ter bescherming van de nagelwal (= de huid rond de nagel) en tappen we de huid.

### Nagelbeugel (Orthonyxie)

Bij een mild tot ernstig ingegroeide nagel kunnen we een nagelbeugel plaatsen. Met behulp van een staaldraadje wordt de nagel opgetild en in het uitgroeien begeleid. In samenwerking met een speciaal getrainde pedicure verplaatsen we de beugel iedere 6 tot 8 weken. Dit gebeurt tot maximaal 1 jaar na de start of tot de klachten zijn verholpen. In sommige gevallen zal de eerste plaatsing van de beugel plaatsvinden onder lokale verdoving.

### (Partiële) nagelresectie

Bij ernstig ingegroeide nagels of bij recidief (terugkeer van het probleem) verwijderen we onder lokale verdoving het ingroeiende deel van de nagel. Soms kiezen we ervoor om de nagel te behandelen, zodat het verwijderde deel ook niet meer teruggroeit. Hierdoor zal uiteindelijk een permanent smallere nagel overblijven. Voor dit traject is een verwijzing van een huisarts nodig.

## Meer informatie

### Verwijzing

Podotherapie is direct toegankelijk, wat wil zeggen dat u geen verwijzing van de huisarts nodig heeft om bij ons een afspraak te maken. Als tijdens de eerste afspraak blijkt dat voor optimale behandeling lokale verdoving noodzakelijk is, dan heeft u hiervoor wel een verwijzing nodig.

### Vergoeding

Behandeling door een podotherapeut wordt door veel verzekeraars vergoed vanuit de aanvullende verzekering. Wij adviseren om vooraf bij uw eigen zorgverzekeraar te informeren naar de vergoeding voor podotherapie.

Wij werken met trajectprijzen, waarbij alle consult- en materiaalkosten zijn inbegrepen. Hierdoor is vooraf duidelijk wat de kosten zijn voor de oplossing van uw klachten.

### Een afspraak maken

Voor meer informatie of voor het maken van een afspraak, zijn wij van maandag tot en met vrijdag tussen 08.00 en 16.30 uur telefonisch bereikbaar op 088 – 031 4000. U kunt ook contact opnemen via de mail: [info@voetencentrumflipse.nl](mailto:info@voetencentrumflipse.nl) of via onze website [www.voetencentrumflipse.nl](http://www.voetencentrumflipse.nl). Hier vindt u al onze locaties.

