Traiter les symptômes de l'onychomycose des pieds - Fiche conseil

- Le traitement doit être appliqué jusqu'à la repousse complète de l'ongle pour être pleinement efficace.
- Lavez vos pieds à l'eau courante tous les jours.
- Utilisez de préférence des savons doux.
- Lors du lavage, prêtez une attention particulière aux zones situées entre les orteils.
- Séchez complètement vos pieds.
- Appliquez les traitements prescrits sur un pied propre et sec.
- Hydratez vos pieds quotidiennement.
- Ne portez pas la même paire de chaussures tous les jours, mais alternez autant que possible.
- **À la salle de sport, portez des sandales lors de vos déplacements afin d'éviter de contaminer d'autres personnes.**
- Mettez de la poudre antifongique dans vos chaussures et dans vos chaussettes (demandez conseil à votre pharmacien).
- L'ongle atteint doit rester court.
- Soyez patient : la guérison ne s'observe qu'**après repousse complète de l'ongle,** celle-ci peut prendre jusqu'à 1 an.

Avant de débuter le traitement :

- avant une première utilisation de vernis, faites une toilette soigneuse des ongles.
- limez la zone atteinte de l'ongle (en particulier la surface de l'ongle) aussi complètement que possible.
- fFaites attention à ne pas limer la peau autour de l'ongle.
- n'utilisez pas la lime servant à limer l'ongle atteint sur des ongles sains.

Pour en savoir plus sur les mycoses cutanées, **scannez les QR codes**

Prendre soin de vos pieds
Assurance Maladie
Site internet