

## Onychomycose

L'onychomycose est une pathologie qui regroupe toutes les infections fongiques affectant les ongles, principalement ceux des pieds (90% des cas).



### Mode de contamination

La contamination se produit par les spores des champignons présents dans l'environnement extérieur. Ils peuvent résister en divers endroits comme les sols, le linge de bain et les chaussures. La contamination a lieu alors par contact avec les spores.

### Diagnostic

- un ongle épais ou friable
- une tache blanche ou jaunâtre sur l'ongle
- un décollement de l'ongle et la présence de débris de peau sous l'ongle (une hyperkératose sous unguéale)



### Facteurs favorisants



- l'âge : les personnes âgées sont plus sujettes aux mycoses des ongles
- le sexe : les hommes sont plus touchés
- le diabète / l'immunodrépression
- la transpiration excessive ou l'humidité permanente des pieds
- des maladies vasculaires périphériques : exemple syndrome de Raynaud
- le port de chaussures trop serrées et traumatisme de l'ongle
- des ongles préalablement abîmés ou atteints par d'autres pathologies (ex. : psoriasis)

### Prise en charge

- vernis Amorolfine : une fois par semaine pendant neuf mois
- vernis Ciclopirox : une fois par jour pendant six à douze mois
- huile essentielle Tea Tree pure : une fois par jour pendant six à douze mois
- laver et sécher les pieds avant chaque application du topique
- nettoyer l'ongle avec un dissolvant doux et une lime jetable (pour Amorolfine)



### Limites du conseil



- les personnes diabétiques
- les personnes sous corticothérapie
- les immunodéprimés
- co-infection et/ou surinfection
- une pathologie vasculaire et risque d'érysipèle
- une atteinte de plus de deux ongles ou une atteinte la base de l'ongle

### Prévention

- couper les ongles suffisamment court
- laver les pieds avec du savon chaque jour et bien les sécher
- porter des chaussettes en coton (plus absorbantes)
- ne pas porter de chaussures trop serrées
- porter des tongs à la piscine, aux vestiaires et dans les lieux publics où les gens marchent pieds nus
- éviter les manucures à répétition qui abîment la cuticule

