

Ingegroeide teennagel

In deze folder leest u informatie over een ingegroeide teennagel.

Belangrijke punten:

- Er zijn verschillende oorzaken, zoals te kleine schoenen dragen of verkeerd knippen van de nagel.
- Bij lichte klachten kunt u watten onder de nagelrand schuiven.
- De arts kan de nagel smaller maken of helemaal verwijderen.
- U krijgt een verdoving in uw teen.
- U mag na 48 uur het verband verwijderen.
- Loop 2 dagen na de behandeling zo min mogelijk.
- U kunt meestal binnen 2 tot 5 dagen weer normaal lopen.

Spoed of vragen?

- **Spoedlijn Chirurgie:**
0182 - 50 58 18 (maandag tot en met vrijdag, 8.30 – 11.00 uur en 13.30 – 15.30 uur)
- **Andere (medische) vragen Chirurgie:**
0182 - 50 50 01 (maandag tot en met vrijdag, 8.00 – 12.00 uur en 13.00 – 16.00 uur)
- **Spoedeisende Hulp:** 0182 - 50 53 27
(buiten openingstijden Chirurgie en bij directe problemen)

Wat is een ingegroeide teennagel?

Een ingegroeide teennagel komt meestal voor bij de grote teen. De rand van de nagel groeit dan in de huid. Dit kan pijn doen en irritatie geven. Soms raakt de huid ontstoken. Een ontsteking betekent dat de huid rood, dik en pijnlijk wordt en er soms pus uitkomt.

Waardoor krijg ik een ingegroeide teennagel?

Het is niet altijd duidelijk waarom een

teennagel ingroeit. Er zijn wel verschillende mogelijke oorzaken:

- De stand van uw teen. Als uw teen iets scheef staat, kan de nagelrand tijdens het lopen in de huid drukken.
- Het dragen van te kleine of te smalle schoenen.
- Het te kort of rond afknippen van de hoeken van de nagel. Dit vergroot de kans dat de nagel in de huid groeit.

Wat zijn de behandelingsmogelijkheden?

De behandeling hangt af van hoe erg de nagel is ingegroeid.

Bij beginnende klachten

Begint de nagel in te groeien? Dan zijn simpele maatregelen vaak voldoende:

- U kunt een klein plukje watten onder de nagelrand schuiven.
- U kunt de huid naast de nagel regelmatig voorzichtig naar beneden masseren. Deze maatregelen verminderen de druk van de nagel op de huid.

Bij pijn of ontsteking

Als u pijn heeft of als de teen ontstoken is, kan de arts de nagel smaller maken. Dit heet een versmalling van de nagel. De arts knipt dan een deel van de nagelrand weg. De nagel groeit later weer aan. Als de ontsteking rustig is, kunt u met de bovenstaande maatregelen proberen een nieuwe ingegroeide nagel te voorkomen. Soms maakt de arts de nagel blijvend smaller. Dan verwijdert de arts niet alleen de nagelrand, maar ook een deel van de nagelwortel. De nagelwortel is het deel waar de nagel groeit. De arts kan dit wegsnijden, wegkrabben of vernietigen met een speciale vloeistof.

Verwijderen van de hele nagel

In sommige gevallen adviseert de arts om de hele nagel te verwijderen.

De behandeling

De behandeling is op de polikliniek. U krijgt een plaatselijke verdoving. Dit betekent dat alleen uw teen wordt verdoofd. De behandeling duurt ongeveer 15 minuten. Uw arts bespreekt met u welke behandeling voor u het beste is. U mag na de behandeling niet zelf naar huis rijden. Vraag iemand om u op te halen.

Na de behandeling

Als de verdoving is uitgewerkt, kunt u pijn krijgen. Leg u voet hoog bijvoorbeeld op een krukje om de pijn te verminderen. Helpt dit niet genoeg neem paracetamol. Dit is een pijnstiller die u kunt kopen bij de apotheek of drogist. Het is handig om deze al vóór de behandeling in huis te hebben.

Tips voor thuis na de operatie

- Loop 2 dagen na de behandeling zo min mogelijk.
- Na 2 dagen na de behandeling mag u het drukverband verwijderen.
- 2 dagen na de behandeling mag u uw voet elke dag douchen.
- U kunt eventueel een pleister met Betadine jodiumzalf op de teen doen. Dit is een zalf die helpt om een ontsteking te voorkomen.
- U kunt meestal binnen 2 tot 5 dagen weer normaal lopen. Dit is afhankelijk van de pijn die u heeft.

Mogelijke problemen

Bij elke operatie zijn er risico's. Mogelijke problemen zijn:

- Een nabloeding;
- Een wondinfectie (ontsteking);
- Soms groeit de nagel opnieuw in. Dan kan een nieuwe behandeling nodig zijn.

Groene Hart Ziekenhuis, Locatie Gouda

Bleulandweg 10
2803 HH Gouda
0182 - 50 50 50
www.ghz.nl

Colofon

uitgave : Groene Hart Ziekenhuis, Gouda
productie : Marketing & Communicatie
februari 2026
04.04.085