
WITTE VLEKJES OP DE NAGEL (LEUKONYCHIA)

WAT IS HET ?

Het komt regelmatig voor dat er witte vlekjes, stippen of streepjes op de nagels zitten. Dit is niet iets om ongerust over te zijn, het wijst niet op een tekort aan kalk, zink, vitaminen of iets anders. Vaak wordt het simpelweg veroorzaakt door stoten van de vingertop ergens tegenaan. De witte vlekken schuiven vanzelf op naar het uiteinde van de nagel en zijn dan weer verdwenen. Sommige mensen hebben een enkele keer zo'n wit vlekje op een nagel en anderen hebben het vaak en ook op meerdere nagels tegelijk. De medische naam voor witte verkleuringen van de nagel is leukonychia (en dat betekent niets anders dan een witte nagel).

HOE ZIET HET ER UIT ?

Er zijn allerlei varianten van. De meest voorkomende zijn kleine witte stippen of vlekjes. Dit wordt ook wel leukonychia punctata genoemd. Soms zijn er strepen overdwars (leukonychia striata). Ook komt het voor dat de nagel helemaal wit is (leukonychia totalis).



HOE ONTSTAAN WITTE PLEKJES OP DE NAGEL ?

Vaak ontstaan deze vanzelf, zomaar, zonder aanwijsbare oorzaak. Ze kunnen ook ontstaan na het stoten of beschadigen van de basis van de nagel, of met de vingers ergens tussen komen. Men denkt dat omdat witte plekjes op de nagel vaker voorkomen op de vingernagels, die meer blootstaan aan beschadigingen, dan op de teennagels. Ook komt het vaker voor bij kinderen dan bij ouderen en ook daar is de gedachte dat kinderen hun nagels vaker stoten. Iedereen stoot en beschadigt doorlopend zijn nagel en vingers, maar vergeet dat weer. Omdat de nagel heel langzaam uitgroeit is het moeilijk om de link te leggen tussen het moment van de beschadiging en het tevoorschijn komen van een wit plekje weken later.

Witte vlekjes kunnen ook ontstaan door een doorgemaakte infectie, en bij sommige huidziekten. De nagels horen eigenlijk ook bij de huid, net als de haren. Het zijn verhoornde uitgroeisels van de huid. Als er iets is aan de huid dan kun je dat vaak ook zien (maar pas maanden later) aan de nagels en aan de haren. Een wit streepje of deukje dat verschijnt in de nagel en langzaam opschuift naar het nagel einde kan dus ook het gevolg zijn van een doorgemaakte ziekte 1-3 maanden geleden, bijvoorbeeld een griepje, keelontsteking, verkoudheid, of een huidinfectie ergens op het lichaam. Ook als er een periode met zuurstoftekort is geweest of een ernstige interne ziekte kunnen er later witte vlekken of zelfs deuken in de nagel verschijnen. Dit ziet men bijvoorbeeld bij bloedarmoede, hartziekten, leverziekten.

WITTE PLEKJES OP DE NAGELS TEN GEVOLGE VAN HUIDAFWIJKINGEN

Bij huidafwijkingen aan de handen of elders op het lichaam kunnen ook de nagels meedoen. De nagels kunnen van vorm veranderen en verdikt of brokkelig worden, maar er kunnen ook vlekjes ontstaan. Witte verkleuringen van de nagels kunnen onder andere voorkomen bij chronisch eczeem, psoriasis, nagelschimmel, de ziekte van Darier, en alopecia areata.

MOET IK NAAR DE HUISARTS OF DERMATOLOOG ?

Het af en toe hebben van witte vlekjes op enkele nagels is niet bijzonder. Het is geen reden om naar de dokter te gaan, en er hoeft niets te worden onderzocht.

Als alle nagels voortdurend witte vlekken hebben, en vooral als er ook groeven en deuken ontstaan zou er wel een onderliggende ziekte kunnen zijn. Maar dit is zeldzaam en de personen die dat hebben gaan niet naar de dokter vanwege vlekjes op de nagel, die zijn weken eerder al naar de dokter gegaan vanwege de onderliggende ziekte die klachten veroorzaakt zoals vermoeidheid of benauwdheid.

WAT KAN IK ER AAN DOEN ?

Er is niet veel aan te doen. Voorzichtig zijn met de nagels, niet teveel aan pulken, niet stoten, niet nagelbijten. De witte plekken verdwijnen vanzelf weer als de nagel uitgroeit. Wie zich ernstig stoort aan de witte vlekjes kan ze camoufleren met ondoorzichtige nagellak. Ook kunstnagels kunnen een oplossing zijn.

Vaak lees je op internet dat witte vlekjes op de nagel komen door een tekort aan kalk of zink, maar dat klopt niet. Er is onderzoek gedaan naar mensen met witte vlekjes op de nagels en die hadden geen tekort aan kalk of zink. Wel hadden ze vaak beroepen, hobbies of bezigheden waarbij hun nagels voortdurend beschadigd werden.