**Йодом по грибнице на ногах!**

Народный метод с применением йода от грибка ногтей имеет место для использования среди медиков и населения. Йод – вещество с обеззараживающими, дубильными свойствами, способное разрушить мицелий грибка. Наиболее эффективно применение йода против онихомикоза в комплексной терапии с медицинскими препаратами.

В самом начале вам необходимо убедиться, что у вас нет противопоказаний к данному препарату. Не допускается использование раствора йода людям с аллергией, диабетом, псориазом, аутоиммунными заболеваниями щитовидной железы и нарушением выделительной функции почек.

Ногтевые пластины должны быть очищены от любых покрытий и загрязнений.

Лечение грибка ногтей йодом – процесс долгосрочный, потому придётся запастись терпением.

**Обработка ногтевой пластины 5% спиртовым раствором йода.**

В первую очередь: увеличивать процентное содержание йода в растворе нельзя. Ногтевая пластина, пораженная грибком, обрабатывается два-три раза в день. Раствор наносится в три слоя: каждый следующий после полного высыхания предыдущего.

Минусом данного метода является окраска ногтя в оранжевый цвет, потому этим способом не рекомендуется пользоваться летом.

Длительность лечения составляет около 30 дней (или же пока не отрастет здоровая ногтевая пластина).

**ВАЖНО!** Соседние с пораженным ногти так же необходимо обрабатывать, однако, раз в два три дня. Во избежание ожогов кожи, недопустима частая обработка околоногтевых валиков из-за мощнейшего дубильного свойства йода.

**Ванночки с 5% спиртовым раствором йода и солью.**

На протяжении месяца дома ежедневно перед сном вы готовите умеренно горячую ванночку для ног (температура воды должна держаться около получаса), состоящую из воды (пол тазика), соли (около 30 грамм или две столовые ложки на литр) и йода (чайная ложка). Длительность ванночки полчаса.

После пропаривания ноги высушиваются полотенцем, кожа стопы и пальцев шлифуется пилкой, ногти также счищаются и укорачиваются ножницами, обязательно наносится противогрибковый крем. Для увеличения эффективности лечения, пораженные ногтевые пластины обрабатываются йодом по вышеуказанной схеме.

**Внимание!** Приятный побочный эффект лечения ванночками!

Йод не только вылечит от хронического инфекционного недуга, но и поможет укрепить здоровые ногти, так как является незаменимым микроэлементом, положительно влияющим на твердость ногтевой пластины. Потому данные ванночки будут весьма полезны и для рук (ёмкости должны быть разными). После процедуры на руки стоит наносить увлажняющий или питательный крем.

Грибок ногтя – распространенный недуг, который приносит уйму проблем, начиная с косметических и заканчивая физическими неудобствами, такими как зуд. Надеемся, что данная статья будет не только полезна, но и эффективна для вас. Выздоравливайте!