



Waarom je je nagelriemen beter niet af kunt knippen of snijden

margriet.nl

11 november 2024 maandag 10:27 AM GMT

Copyright 2024 DPG Media B.V. All Rights Reserved



Length: 438 words

Byline: Janiek Vreeken

Body

Bij het verzorgen van je nagels hoort ook de verzorging van je nagelriemen. Zeker nu de koude maanden zijn aangebroken, kunnen nagelriemen omhoog gaan staan of vervellen. Toch kun je ze beter niet afknippen of snijden wanneer dit gebeurt.

De huid rondom je nagels bestaat uit twee delen: de nagelriem en de zogenaamde 'proximal nail fold.' De nagelriem is het soms opstaande randje; de proximal nail fold is de huid daaromheen. Er zijn drie belangrijke redenen waarom je zowel de nagelriem als de proximal nail fold beter met rust kunt laten.

1. Bescherming tegen schimmels en bacteriën

Nagelriemen hebben een belangrijke functie: ze zijn een barrière die je nagels beschermen tegen bacteriën en schimmels. Wanneer je nagelriemen aantast door ze bijvoorbeeld af te knippen of te snijden, loop je een grotere kans op infectie. Je loopt bijvoorbeeld meer risico op kalknagels, die veroorzaakt worden door een specifiek soort schimmel.

2. Grotere kans op ontsteking

Door de nagelriemen te knippen of te snijden, kunnen er ook onbedoeld wondjes ontstaan in de proximal nail fold. Wanneer je deze beschadigt, kan er een ontsteking ontstaan. Die kan soms zo ernstig zijn dat er medische behandeling nodig is.

3. Kunstnagelallergie door knippen van de nagelriemen

Waarom je je nagelriemen beter niet af kunt knippen of snijden

Hoewel het niet de oorzaak is, kan het knippen van de nagelriemen de kans op een allergie voor acrylaten vergroten. Acrylaten zijn stoffen die je onder andere vindt in kunstnagels. Wanneer de huid rondom je nagel beschadigd is en je regelmatig in contact komt met acrylaten, is de kans groter dat je hier een allergie voor ontwikkelt. Wil je meer weten over een kunstnagelallergie, lees dan: [Kunstnagelallergie kan vervelende gevolgen hebben - dit wil je erover weten](#)

Duw nagelriemen niet terug

Een andere manier om je nagelriemen minder op te laten vallen, is door ze terug te duwen. Je duwt ze richting de proximal nail fold, waardoor ze minder opvallen. Toch kun je ook dit [volgens experts](#) beter niet doen. Hoewel je de nagelriem en de proximal nail fold niet snel zult beschadigen wanneer je ze zachtjes terugduwt, is de nagel hierdoor wel meer blootgesteld aan bacteriën en schimmels, waardoor een infectie op de loer ligt.

Hoe verzorg je je nagelriemen?

Lang verhaal kort, volgens de experts kun je je nagelriemen dus maar beter met rust laten. Dat betekent overigens niet dat je niet iets kunt doen om ze goed te verzorgen. Smeer daarom regelmatig een vette handcrème op je nagelriemen.

Je kunt ook gebruikmaken van speciale olie voor nagelriemen. Hierin zijn vaak ingrediënten zoals vitamine E toegevoegd voor extra verzorging en hydratatie.

Bron | [Nailed It Magazine](#), [Healthline](#)

Load-Date: January 22, 2025