**Почему желтеют ногти на руках: причины, диагностика, лечение**

При общении с людьми одной из наших визитных карточек являются наши ухоженные руки. Они создают впечатление успешного, здорового, наполненного жизнью человека. Но бывает, что даже с самыми ухоженными ручками случаются неприятности. К числу таких неприятностей можно отнести пожелтение ногтей. Эту проблему мы и обсудим в данной статье и выясним причины возникновения желтизны, как вылечить ногти и предотвратить появление желтизны.

**Причины появления пожелтения на ногтях**

Разберемся в некоторых причинах появления желтизны ногтей. Причины могут быть разнообразны и могут возникнуть как извне, так и изнутри из-за различных, имеющихся заболеваний.

* При длительном приеме лекарств, здоровье ногтей может ухудшиться. Лекарства, негативно влияющие на ногти: тетрациклиновые антибиотики, препараты с содержанием мышьяка и лекарства хинолинового ряда.
* Зачастую ногти желтеют у курящих людей. При длительном курении вредные вещества откладываются в организме и негативно влияют на здоровье и внешний вид ногтей.
* Довольно часто мы наносим вред ногтям различной химией. Этой химией может оказаться и обычный лак для ногтей не самого лучшего качества, ацетоносодержащие жидкости для снятия лака или обычные моющие средства.
* Так же причиной пожелтевших ногтей может быть грибковое заболевание. Симптомами такого заболевания являются не только пожелтевшие ногтевые пластины, но и их расслаивание, появление различных пятен на ногтях, их утончение или утолщение, ногти становятся более ломкими, теряют естественный блеск и могут иметь неприятный запах.
* Такое заболевание как дистрофическая онихия, представляющая собой трофические расстройства в ногтевом матриксе, так же является одной из причин пожелтевших ногтей. Кроме изменения цвета на ногтях могут появляться углубления, полосы и пятна. Сама дистрофическая онихия, как правило, является следствием какого-то заболевания. Таким заболеванием может быть скарлатина, малярия, дизентерия, тиф, пневмония и многие другие. Заболевания, связанные с нервной системой, среди которых рассеянный склероз, спинная сухотка, полиомиелит. Так же причиной пожелтевших ногтей могут быть заболевания эндокринной системы или интоксикация организма.
* Отдельно стоит выделить такое заболевание как псориаз. Ногти покрываются пятнами и углублениями, цвет тускнеет, толщина ногтей становится неравномерной с утолщением по краям, ногти становятся более хрупкими. Псориаз сопровождается высыпаниями на коже, но изменения в ногтях могут проявить себя раньше.
* У некоторых людей ногти могут пожелтеть от воздействия ультрафиолета.

Это были основные причины изменения цвета ногтей и появления на них пятен. Теперь можно поговорить о том, как выявить истинную причину и как проходит диагностика.

**Диагностика и выявление причин пожелтения ногтей**

Как только вы заметили, что ваши ногти желтеют, необходимо сразу обратиться к специалисту, потому что, как мы уже выяснили, причиной пожелтения ногтей могут быть заболевания. Итак, что представляет собой обследование?

* Для начала врач осмотрит ваши ногти визуально, изучит пятна, выявит степень пожелтения и другие симптомы. В результате такого осмотра врач может назначить лечение или дополнительные исследования.
* Такие изменения в ногтевых пластинах могут быть связаны с наличием сахарного диабета, поэтому одним из анализов может быть анализ крови на глюкозу.
* Посев на различные грибковые заболевания.
* Биохимический анализ крови, который поможет выявить заболевания печени и сосудов.
* Рентген для выявления заболеваний легки, таких как пневмония или туберкулез.
* Анализ крови на наличие заболеваний щитовидной железы.
* Анализ крови на RW.

Когда все назначенные исследования будут выполнены, врач сможет поставить правильный диагноз, объяснить вам причины изменений в ногтях и назначить лечение.

**Как решить проблему пожелтения ногтей?**

Заниматься самолечение ни в коем случае нельзя, так как без специальных исследований вы не сможете наверняка определить причину, которая может оказаться серьезным заболеванием. Для каждого случая есть своя индивидуальная схема лечения, поэтому важно проконсультироваться со специалистом. Если вы наверняка знаете причину пожелтевших ногтей и не имеете заболеваний, то вы и сами сможете справиться с данной проблемой. В случае с наличием заболевания лечение должен назначать исключительно врач. Итак, как справиться с пожелтевшими ногтями самостоятельно?

1. Исключить использование средств для ногтей, имеющих в своем составе нитроцеллюлозу. Обязательно защищайте свои ногти базовым покрытием. Примерно раз в четыре дня давайте ногтям отдых, в это время можно питать ногти различными маслами и кремами.
2. Если причиной пожелтения ногтей является курение или использование некачественных косметических средств, то ситуацию можно спасти ванночками с морской солью или наносить на ногти лимонный сок, который немного уменьшит пожелтение.
3. Смесь масел: чайного дерева, лавандового и оливкового не только подлечит ваши ногти, но и сработает как антисептик против грибка.
4. Помогут улучшить ситуацию ванночки на основе яблочного уксуса. Состав ванночки: теплая вода и уксус 1:1 и подержать в ней руки и ноги примерно 15 минут. Для достижения видимого улучшения ванночку делать 3 раза в день.

**Профилактика против пожелтения ногтей**

Чтобы избежать пожелтения ногтей, стоит соблюдать несколько простых рекомендаций.

* При проведении маникюра обязательно соблюдать все санитарные и гигиенические нормы, проводить дезинфекцию инструментов. При получении повреждения кожных покровов, обязательно обработать их.
* Периодически давать ногтям отдых от лаков и делать ванночки для рук и ног, используйте кремы для профилактики грибковых заболеваний.
* Подумайте об отказе от курения, если у вас такая привычка имеется.

Прочитав эту статью, вы узнали о причинах появления дефектов и пожелтения на ногтях, как самостоятельно решить эту проблему и что нужно делать, чтобы ногти ваши были здоровы.

<http://homemanicure.ru/nail-health/zheltye-nogti-na-rukakh.html>