

## Hướng dẫn 5 cách chữa nấm móng tay bằng tỏi tại nhà hiệu quả

Mẹo chữa nấm móng bằng tỏi có phương pháp thực hiện đơn giản, chi phí thấp và nguyên liệu dễ tìm. Thực hiện mẹo chữa này đều đặn trong thời gian dài có thể hỗ trợ ức chế nấm men và cải thiện một số dấu hiệu lâm sàng như ngứa ngứa khó chịu, khó chịu và viêm đỏ.

### Tác dụng chữa nấm móng của tỏi



Nấm móng là một dạng nhiễm trùng móng do nấm (thường là bởi vì nấm hạt men, nấm sợi tơ và nấm mốc). Mặc dù không gây nguy hiểm đến sức khỏe nhưng bệnh lý này có thể gây đau, ngứa kéo dài và ảnh hưởng nghiêm trọng đến yếu tố thẩm mỹ.

Nấm móng là một trong những dạng nấm khó chữa trị, dai dẳng và dễ tái lại. Vì vậy ngoài biện pháp y tế, bạn có thể tận dụng thảo dược có đặc tính kháng nấm để hỗ trợ quá trình chữa trị, giảm nguy cơ kháng thuốc và giảm bớt tình trạng tái nhiễm.

Mẹo chữa nấm móng bằng tỏi là biện pháp đơn giản và có thể thực hiện ngay tại nhà. Mẹo chữa này tận dụng đặc tính kháng viêm, giảm ngứa ngáy khó chịu và sát khuẩn của tỏi để ức chế hoạt động của vi nấm, giảm mức độ tổn thương móng và cải thiện các biểu hiện lâm sàng như đau, ngứa ngáy và khó chịu.

Cách điều trị nấm móng từ tỏi không chỉ được lưu truyền trong phạm vi nhân dân mà đã được chứng minh trên cơ sở khoa học. Một số nghiên cứu lâm sàng cho thấy, nước tỏi, dịch ngâm và tinh dầu tỏi có công dụng kháng khuẩn mạnh, ức chế nấm, chống trùng roi và amip. Ngoài ra, tỏi còn có công dụng chống viêm và nâng cao hệ miễn dịch của cơ thể.

Nghiên cứu cụ thể cho thấy, tỏi không chỉ tác dụng đối với nấm nông mà còn hỗ trợ điều trị các dạng nhiễm trùng nấm sâu (nấm niêm mạc, nấm tiêu hóa,...). Bên cạnh đó, thảo dược này còn có hiệu lực đối với các chủng vi khuẩn kháng chất kháng sinh penicillin và streptomycin.

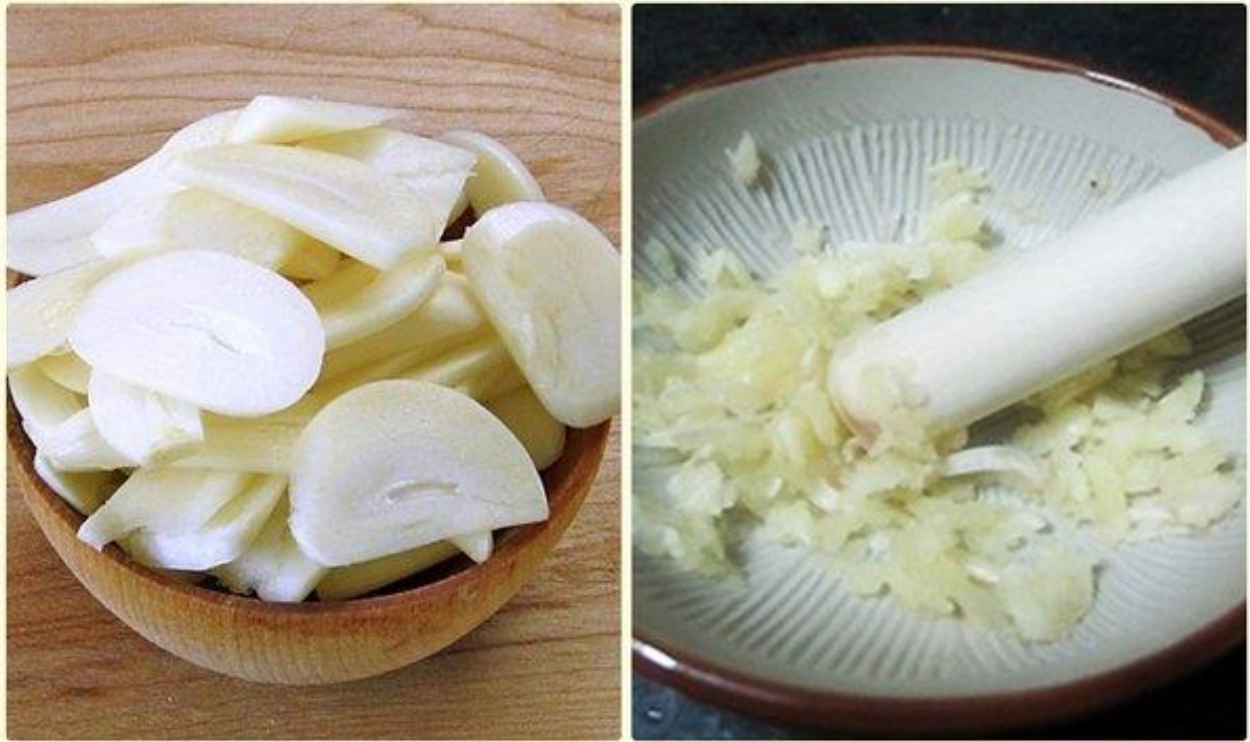
Xem thêm:

- [Thuốc trị nấm móng của mỹ](#)
- [Cách chữa nấm móng tay, chân tại nhà](#)
- [top 11 thuốc trị nấm móng hiệu quả](#)

## 5 cách sử dụng tỏi chữa nấm móng đơn giản ở nhà

Tỏi là loại thảo dược tự nhiên chứa nhiều thành phần chống oxy hóa và có đặc tính dược lý đa dạng. Để tận dụng tối ưu công dụng chữa nấm móng của tỏi, bạn có thể sử dụng theo một số phương pháp sau đây:

1. Sử dụng dịch ép tỏi chữa nấm móng



Dịch ép tỏi đã được chứng minh về tác dụng kháng khuẩn và ức chế các loại vi nấm thường gây bệnh ở người như nấm Candida, Epidermophyton, Trichophyton, Microporum, Hendersonula và Seopulariopsis. Sử dụng dịch ép tỏi có thể làm giảm tổn thương ở móng, đồng thời cải thiện biểu hiện ngứa ngứa khó chịu, viêm và đau rất.

Hướng dẫn thực hiện:

- Bóc vỏ từ 4 – 5 tép tỏi
- Sau đó giã nhỏ và ép lấy dịch
- Có thể hòa dịch ép tỏi với nước theo tỷ lệ 2:1
- Vệ sinh móng, lau khô và thoa dịch ép lên móng tay, móng chân và vùng da xung quanh
- Để trong 5 phút và thoa thêm 2 – 3 lớp
- Để dịch ép tỏi khô lại trước khi mang giày, dép

Nên thực hiện mẹo chữa này từ 2 – 3 lần/ ngày trong thời gian dài để nhận thấy cải thiện rõ rệt. Nấm men có khả năng tái nhiễm cao nên cần duy trì thực hiện thêm 4 – 5 ngày tính từ thời điểm dấu hiệu ở móng đã thuyên giảm hoàn toàn.

## 2. Trị nấm móng tay, móng chân bằng rượu tỏi



Với những trường hợp nấm móng tay và móng chân tiến triển dai dẳng, móng có hiện teo, đổi màu và bốc mùi hôi khó chịu, bạn nên áp dụng mẹo chữa bằng rượu tỏi.

Rượu tỏi chứa ethanol (cồn) có công dụng làm mát, giảm viêm và sát khuẩn tại chỗ. Kết hợp ethanol cùng với tỏi có thể tăng tác dụng điều trị và hỗ trợ kiểm soát biểu hiện do nấm men gây nên.

Hướng dẫn thực hiện:

- Bóc vỏ khoảng 200 – 300g tỏi tươi
- Sau đó cho vào bình thủy tinh hoặc bình sành
- Đổ vào 400ml rượu từ 30 – 35 độ
- Ngâm trong 10 ngày là dùng được
- Trước khi sử dụng nên vệ sinh móng, sau đó dùng bông gòn thấm dịch rượu và thoa lên móng. Có thể thoa 3 – 5 lớp để tăng công dụng chữa trị.
- Nên áp dụng mẹo chữa này từ 2 – 3 lần/ ngày

### 3. Chữa nấm móng bằng tỏi và dầu dừa





Nếu móng bị tổn thương nhiều, có biểu hiện mòn, lộ niêm mạc da,... bạn nên áp dụng mẹo chữa từ dầu dừa và tỏi. So với sử dụng dịch ép tỏi đơn lẻ, cách chữa này ít gây xót và đau rát.

Hơn nữa, dầu dừa còn có công dụng làm mềm da, nuôi dưỡng móng và hỗ trợ giảm viêm. Ngoài ra, axit lauric trong tinh dầu này còn hỗ trợ kiểm soát và ức chế hoạt động của vi nấm.

cách thực hiện:

- Bóc vỏ 4 – 5 tép tỏi tươi, sau đó giã nát và ép lấy dịch
- trộn đều với dầu dừa theo tỷ lệ 1:1
- Vệ sinh móng, sau đó thoa hỗn hợp lên móng và vùng da xung quanh
- Để trong 15 phút và rửa lại với nước sạch
- Sau khi rửa lại, có thể dùng 1 ít dầu dừa dưỡng ẩm móng và vùng da xung quanh để làm giảm mức độ tổn thương, cải thiện hiện tượng dày sừng, viêm và đau rát.

#### 4. Chữa trị nấm móng bằng tỏi và giấm táo



phương pháp trị nấm móng bằng tỏi và giấm táo thích hợp với những trường hợp ngứa ngáy nhiều. Ngoài tác dụng của tỏi, axit acetic trong giấm táo còn có tác dụng ức chế vi khuẩn, nấm, sát trùng, giảm viêm và chống ngứa ngáy khó chịu.

Tuy nhiên, cả tỏi và giấm táo đều chứa axit nên có thể gây đau rát và xót khi áp dụng. Vì vậy, bạn chỉ nên thực hiện mẹo chữa này khi nấm men chưa ăn mòn móng hoàn toàn.

Hướng dẫn thực hiện:

- Ép tỏi tươi lấy dịch, sau đó hòa với giấm táo theo tỷ lệ 1:1
- Có thể thêm 1 ít nước vào hỗn hợp để giảm mức độ kích ứng
- Vệ sinh móng, sau đó thoa hỗn hợp lên móng và vùng da xung quanh
- Để trong 5 – 10 phút và rửa lại với nước sạch
- Nên thực hiện mẹo chữa này 2 – 3 lần

##### 5. Cách điều trị nấm chân bằng tỏi và muối



Nấm chân là loại nấm dai dẳng và mất nhiều thời gian để điều trị dứt điểm (khoảng 3 – 6 tháng). Để rút ngắn thời gian chữa bệnh, bạn có thể kết hợp các giải pháp y tế với mẹo chữa từ tỏi và muối. Mẹo chữa này giúp sát khuẩn da, ức chế nấm men, giảm ngứa ngáy và kháng viêm.

Hướng dẫn thực hiện:

- Đun sôi khoảng 2 lít nước, sau đó cho 4 – 6 tép tỏi đập giập vào
- Đun thêm 5 phút rồi tắt bếp và đổ ra thau
- Thêm nước lạnh vào đến khi nước ấm vừa phải
- Cho thêm 2 thìa cà phê muối
- Ngâm chân trong khoảng 5 – 7 phút
- Sau đó dùng tép tỏi chà xát nhẹ lên móng chân, kẽ chân
- Cuối cùng, rửa sạch chân với nước lạnh và lau khô bằng khăn sạch

Chữa nấm móng bằng tỏi có hiệu quả không?





Trên thực tế, các chữa nấm móng bằng tỏi thực sự đem lại cải thiện lâm sàng đối với những trường hợp kiên trì thực hiện. Tuy nhiên, công dụng của tỏi thường chậm hơn so với các loại thuốc bôi và thuốc uống. Vì vậy, mẹo chữa này không thể thay thế cho các giải pháp y tế.

Để chữa trị bệnh dứt điểm, nên phối hợp mẹo chữa từ tỏi với các giải pháp được bác sĩ chỉ định. Bên cạnh đó, cần giữ vệ sinh cơ thể và loại trừ các yếu tố khiến nấm men phát triển mạnh.

**Những lưu ý khi trị nấm móng bằng tỏi**





Khi thực hiện mẹo [chữa nấm móng tay](#), móng chân bằng tỏi, bạn nên lưu ý một số thông tin quan trọng sau:

- cách chữa nấm móng bằng tỏi chỉ có công dụng hỗ trợ. Vì vậy, nên kết hợp đồng thời với các biện pháp y tế được bác sĩ chỉ định.
- Tỏi chứa nhiều thành phần có lợi và đặc tính dược lý đa dạng. Tuy nhiên để đạt được hiệu quả như mong muốn, cần kiên trì áp dụng cách chữa này trong thời gian dài.
- Nấm móng là dạng nhiễm trùng do nấm khó chữa trị và dai dẳng. Để chữa bệnh dứt điểm, cần phối hợp giữa biện pháp chữa trị với lối sống lành mạnh và giữ gìn vệ sinh cơ thể.
- Nấm móng có khả năng lây nhiễm và tái nhiễm cao. Do đó tránh sử dụng chung vật dụng với người khác, đồng thời cần vệ sinh thường xuyên với xà phòng và phơi trực tiếp dưới ánh nắng để ngăn cản nấm trú ngụ và phát triển.
- Nên cắt tỉa móng đều đặn, không nên để móng kéo dài.
- giảm bớt mang giày bít và có chất liệu dày cứng, bí bách.
- Nên thay vớ mỗi ngày để hạn chế nấm men trú ngụ và phát triển mạnh.

cách chữa nấm móng bằng tỏi có thể cải thiện dấu hiệu lâm sàng và hỗ trợ ức chế nấm men. Tuy nhiên để chữa trị bệnh dứt điểm, nên phối hợp đồng thời với giữ gìn vệ sinh cơ thể, loại trừ yếu tố thuận lợi và tuân thủ các biện pháp y tế được bác sĩ chỉ định.

## Xem thêm:

<http://www.quan8.hochiminhcity.gov.vn/Lists/YkienPhanHoi/Attachments/14683/cao-che-vang.html>

<http://www.quan8.hochiminhcity.gov.vn/Lists/YkienPhanHoi/Attachments/14684/thuoc-tri-a-sung.html>

<http://www.quan8.hochiminhcity.gov.vn/Lists/YkienPhanHoi/Attachments/14685/thuoc-tri-ghe.html>

<http://www.quan8.hochiminhcity.gov.vn/Lists/YkienPhanHoi/Attachments/14686/thuoc-tri-hac-lao.html>

<http://www.quan8.hochiminhcity.gov.vn/Lists/YkienPhanHoi/Attachments/14687/thuoc-tri-hoi-chan.html>

<http://www.quan8.hochiminhcity.gov.vn/Lists/YkienPhanHoi/Attachments/14688/thuoc-tri-lang-ben.html>

<http://www.quan8.hochiminhcity.gov.vn/Lists/YkienPhanHoi/Attachments/14690/thuoc-tri-sui-mao-ga.html>

<http://www.quan8.hochiminhcity.gov.vn/Lists/YkienPhanHoi/Attachments/14691/thuoc-tri-to-dia.html>

<http://www.quan8.hochiminhcity.gov.vn/Lists/YkienPhanHoi/Attachments/14692/thuoc-tri-viem-tai-giua.html>

<http://phulo.socson.hanoi.gov.vn/web/bacsi365/home/-/blogs/nam-mong-tay-nguyen-nhan-va-cach-dieu-tri>

<http://phulo.socson.hanoi.gov.vn/web/bacsi365/home/-/blogs/cach-dieu-tri-nam-mong-tay>

<http://phulo.socson.hanoi.gov.vn/web/bacsi365/home/-/blogs/cach-chua-nam-mong-tay-tai-nha>