

## 爪水虫



### ★原因・症状★

足の爪など不摂生に伸ばしていると、そこに汗や垢などの汚れが溜まりそれが白癬菌の温床となります。長時間ブーツなどを履いたり、靴が雨で濡れたりすると発症します。最初は爪と隣接する指先が水虫となるケースが多く、そこから爪の間へと感染することでゆっくりと進行していきます。爪水虫になると初期では爪の先が白っぽくなるだけであり、自覚症状はありません。しかし、次第に指側に侵食していき、最終的には爪全体の色が白色・黄色・黒色に変色します。爪水虫となった爪は盛り上がったように生え、ポロポロと崩れます。それにより新たな水虫の原因となります。症状が進行すると靴が履けなくなったり、歩きにくくなったりするなど日常生活に支障をきたすケースもあります。

### ★治療法★

- ①初期であれば、比較的早く治療することが可能であるので早急に医師の診察を受ける必要があります。初期は進行した爪を爪きりで切断し、皮膚には外用薬を塗ることで完治します。
- ②塗り薬の場合手に感染したり、範囲が広がる事もあるのでその場合には、スプレータイプを使うのが良いでしょう。
- ③内部まで進行した爪水虫は医師の処方した内服薬なしには完治は困難です。
- ④糖尿病の方は合併症の危険性もあります。
- ⑤生活スタイルが同じである以上、他の指にも爪水虫が拡大したり、家族などにも感染が広がる可能性もあります。
- ⑥爪の長さや、生え変わりのスピードなどは個人差もあり、治療期間は長く、半年から1年かかる場合もあります。

### ★予防★

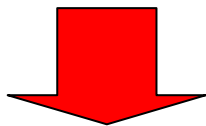
例えば公共の施設などでスリッパがあると思いますが、感染者が履いたスリッパを別の方が履くと白癬菌自体は移ります。ただし、白癬菌自体が移ったからといってすぐにその人が水虫になるわけではありません。皮膚の表面についた白癬菌は洗い流せばとれます。白癬菌がついてから皮膚の中に住みつくまでの間に洗い流せば水虫になりません。



(例)爪水虫



※以下のような事を心掛けることで治療の効果が上がります。



- ①部屋を掃除して、床は雑巾がけをする。
- ②カーペット、マットなどは洗い、日光で乾かす。
- ③足が蒸れたり、外出から戻ったりしたら、水虫専用せっけんで洗う。
- ④お風呂から上がった後、足をタオルで丁寧に拭き、風を当てて乾かす。
- ⑤お風呂、手洗い用マットはこまめに取り替える。
- ⑥靴下は1日2回取り替える。
- ⑦靴下は5本指に分かれている物を使う。
- ⑧靴内に通気性の良いシートを敷く。
- ⑨靴、スリッパを2足以上に交互に履くようにする。

爪水虫は長期間にわたり水虫を患っている人ほどかかりやすい病気です。中高年が患いやすい病気と言えますが、10代、20代でもかかる病気です。最近ではブーツを履いたり、靴を履き続けることが増えた為、女性でも爪水虫にかかることが多いです。

※自己判断で治療をやめてしまうと、潜んでいた菌が増殖し元通りになってしまうので、気長に根気良く続けましょう!