



ファーマホールディングス

ここからだに、
すこやかの“たね”。

なたね

VOL.
11
TAKE
FREE

ご自由に
お持ちください。

谷村志穂エッセイ
なたねなの

今日から始める!
「認知症予防」運動

分とく山 野崎洋光さん
直伝レシピ

素足になる機会が増える季節です。

「気になる水虫！完治したい水虫！」

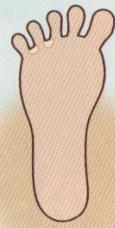
～白癬菌について～

日本人の約4人に1人は「水虫」といわれています。

しかし、どのような症状が水虫なのか、また、完治せずに再発に悩む人も多いようです。そこで今回は、水虫の専門家に話を伺いました。

指の間や足裏などのこんな症状に注意

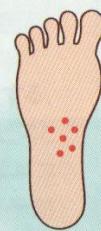
水虫の原因は、カビの一種である白癬菌(はくせんきん)です。その症状は大きく3タイプに分けられ、足の指の間の皮がむける「趾間(しがん)型」、足の裏や側面が赤くなり、小さな水ぶくれができる「小水疱型」、かかとを中心に入足の裏が硬く、厚くなる「角質増殖型」があります。



趾間型



角質増殖型



小水疱型

24時間以内に足を清潔にする習慣

白癬菌は足に付いてから角質に入りこむまで、24時間以上かかるといわれています。感染しやすい場所に行つた後

水虫は、男女ともに30～50代に多いというデータがあり、一日中靴をはいて足が蒸れやすい環境にある人、特に梅雨の時期は、靴の中の湿度が非常に高く、足の薬指と小指の間は湿度95%以上になることもありますので要注意です。また、素足になるジムや温泉、格闘技の道場などによく行く人は、皮膚の細かいくずがバスマットやじゅうたんなどに落ちており、菌を拾いやすくなるので注意しましょう。

教えて!
ドクター!

は帰宅してから足を洗うこと。その際、皮膚を傷付けると菌が入りやすくなるので、手でそつと洗つてください。また、水虫の人がいるご家庭では、バスマットをこまめに洗つたり、家族でスリッパを共有しないなど、基本的なことで感染は防げます。

顔や体にも。

自己判断は禁物

水虫は、日本人の約4人に1人が感染しているというデータがあり、実は潜在患者さまも多いのではないかと思われます。皮膚科を受診し、顕微鏡検査をするとよくわかるのですが、水虫は足だけではなく、体や顔にも感染します。それは白癬菌が「ケラチン」という皮膚の角質を食べて生きるため、皮膚のあるところや毛髪など、つまり全身に感染が広がる可能性があります。

また、水虫は痒みがあると思いつながらですが、痒みの症状が出る人は少なく自覚症状が

ないまま放置しがちです。悪化してジユクジユクになつてから治療したのでは、回復も遅くなります。別の皮膚炎を水虫だと思い込み、市販の水虫薬を塗り続けてかぶれる人もいれば、水虫だと分からずに炎症を抑えるステロイド剤を使い、免疫力を弱めてしまつて水虫を悪化させる人もいます。女性も仕事で長時間靴をはいている人が増え、患者さまの約半数は女性だといわれています。自己判断したり、水虫で病院に通うのは恥ずかしいと思わず、早めに受診することが完治への近道です。

投薬は、皮膚の再生サイクルに合わせて

もし水虫と診断されたら、処方された薬を毎日使い続けてください。塗り薬は最低でも1~2ヶ月間は使用します。それは古い皮膚が新しい皮膚に入れ替わり、角質の中に残っていた菌が消えるまでの期間を意味します。見良くなつたと思っても、担当医から指示があるので必ず見てはいけません。かかなどの厚い皮膚は、約3ヶ月間の投薬が必要です。薬は患部だけでなく、広く隙間なく塗ります。

たかが水虫と思わず、皮膚科の受診と根気よい治療を

～白癬菌で起こる足、爪、体、頭皮のトラブル～





[今回のドクター]

きらり皮フ科クリニック院長
坂 義経(ばん よしつね)

岐阜県立岐阜高等学校卒業。2003年関西医科大学医学部卒業。岐阜大学医学部皮膚科学教室入局。県立岐阜病院皮膚科、岐阜大学医学部高度救命センター(熱傷リーダー)揖斐厚生病院皮膚科(皮膚真菌症の専門的な指導を受ける)、土岐市立総合病院皮膚科医長、褥瘡対策委員長などを経て、2011年きらり皮フ科クリニック開院。日本皮膚科学会認定皮膚科専門医、日本抗加齢医学会認定専門医、日本性感染症学会認定医。

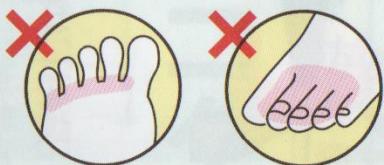
放置が原因の爪水虫
何年も足に白癬菌が住みついていると、菌が爪に入り込み、爪水虫になってしまます。治療はおもに飲み薬を使い、半年から1年計画で治療を行います。肝臓の病気や他の薬との併用の関係で飲み

放置が原因の爪水虫
何年も足に白癬菌が住みついていると、菌が爪に入り込み、爪水虫になってしまます。治療はおもに飲み薬を使い、半年から1年計画で治療を行います。肝臓の病気や他の薬との併用の関係で飲み

お薬を塗る範囲



不十分な塗り方
症状がある部分だけ塗る



薬が使えない人には、最近開発された、爪に対する薬の浸透性を高めた塗り薬を使用することができますが出来るようになりました。

格闘技選手の間で流行中の新型水虫・猫からうつる水虫菌も流行中

ここ数年、外国から持ち込まれた新しい水虫菌に、柔道やレスリングの選手が集団感

染するなど流行しているものがあります。感染力が強いため毛髪に入り込み、頭部の皮膚が膿んで毛髪が抜けてしまう症例もあるほどです。ま

た、猫ブームの影響で、猫が持つ水虫菌に人間がうつるケースも急増しています。動物の菌がうつると激しい炎症を起こすことがあります。格闘技をする人や、猫を飼っている人は注意してください。

きらり皮フ科クリニック

皮膚科全般・小児皮膚科・アレルギー科・美容皮膚科
岐阜県本巣郡北方町柱本1丁目197-1 TEL:058-323-3003(水曜午後、日・祝日休診)