

正しく知って薬で治す 「爪水虫」

今や女性や子どもにも急増しているという水虫…。
たび重なる感染や再発は、
爪に入り込んだ水虫菌が引き起こす
「爪水虫」が原因になっていることが多いとか。
美容と皮膚医学の双方からの治療で
評価の高い「ゆみこ皮膚科クリニック」で、
その対策について詳しく伺ってきました。



お話を伺った先生
ゆみこ皮膚科クリニック院長
武田裕美子先生

* 水虫はとてども 身近な病気

水虫は「白癬菌(はくせんきん)」というカビの一種が皮膚の角質層に入り込んで発症する「感染症」。現在では5人に1人が感染者だといわれており、女性からの相談も増えています。足は汗をかく量が多く、靴の中は常に高温多湿。「白癬菌」は湿気を好むため、革靴やストッキング内で長時間ムレた状態が続くと、日が発症してしまふことも。家族間で感染することも多く、免疫力が低下している人や血流の悪い人が感染しやすい傾向があります。家族に水虫患者さんがいる場合は「白癬菌」が付着しやすいようにこまめに掃除をし、常に清潔を心がけて。感染源となりやすいバスマットなどはよく乾燥させ、サンダルやスリッパの共有は避けましょう。また、サウナやプールなど不特定多数の人が使用する場所に行った時は、足(特に指の間)を念入りに洗った後、よく乾燥させておくなど、日頃から注意が必要です。

* 足水虫の人は 爪にも注意!

水虫は、手足の表皮だけでなく、身体他の箇所にも感染します。中でも、気を付けたいのが「爪水虫(爪白癬)」。皮膚に感染した「白癬菌」が爪に侵入して起こるもので、爪の白濁や変形、ポロポロ欠ける、爪が厚くなるなどの症状が見られたら「爪水虫」の可能性あります。「恥ずかしいから」といって、ペデキュアで隠し



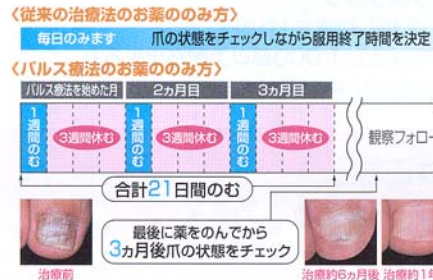
手の爪 足の爪

て爪を密閉してしまふ人がいますが、これは悪化のもと。爪の水虫はかゆみなどの自覚症状はありませんが、放つておくと爪に潜んだ「白癬菌」によって足水虫の再発をくり返したり、痛みを伴う巻き爪の原因に。これを防ぐためには、足から「白癬菌」を完全になくすることが大切。「爪水虫」や「角化型(足裏の角質が厚くザラザラになる水虫の症状)」の場合は、軟膏や液剤などの外用薬が浸透しにくいので、飲み薬を処方しています。

* 服用後も効果 が持続する 「パルス療法」

従来の治療では、お薬を半年間程度、毎日飲み続けなければなりません。しかし、最近「1週間毎日お薬を飲むから3週間休む」というサイクルを3回繰り返す「パルス療法」という治療が一般化しつつあります。これならお薬を飲むのは21日間、3ヶ月で治療が終了。薬の服用期間を大幅に減らすことで、身体の負担やリスクが軽減できる画期的な方法です。このお薬は服用を終えても長く爪の内部にとどまるので、服用後は経過を観察しながら約3ヶ月後に爪の状態をチェックします。個人差はありますが、早い人ならお薬を飲み始めて2〜3ヶ月目で健康な爪が生えてきますよ。爪が生

え替わる約半年から1年後には、キレイな爪を取り戻せますから、お薬の服用後も定期的に医師のチェックを受けるようにして下さい。



* 「水虫かな？」 と思ったら

手や足にボツボツや皮むけができるように「水虫」だと思いがちですが、実際、水虫だと来院される患者さんの角質や爪を調べてみると、別の皮膚疾患の場合も多いのです。安易な自己判断で市販薬を用いると悪化の原因になることも…。専門医の診断のもと、家族で正しい治療を受けるようにして下さい。そして、何より水虫にならないためには「白癬菌」の好む環境を作らないこと！汗をかいたら、靴下やストッキングはマメに履き替えるなど、足を乾燥させておくことが大事です。靴下の素材は合成繊維より通気性の良い「綿」のものを、足の指の間にガゼを挟んでおくのも効果的です。湿気が多くなるこれからは水虫になりやすい季節。これらに気をつけて蒸足のオシヤレを楽しんで下さいね。

爪水虫チェックシート

- 毎年水虫を繰り返している
- 爪が白く、または黄色くにこっている
- 爪が厚くなって靴が履きにくい
- 爪がもろくなって、ポロポロ欠ける
- 爪が切りにくい

※一つでも当てはまったらすぐに皮膚科の診察を受けましょう

皮膚科専門医の団体、ジャパン・フット・ウィーク研究会の水虫情報サイト「水虫ちゃんねる」には、近くの専門医の紹介ページも。
<http://www.japan-foot-week.gr.jp>