

しつこい水虫、今度こそ断ち切ろう!

水虫といえば、男性というイメージが強かったのですが、最近は女性の間でも感染する人が多く、人知れず悩む人も増えています。今は、いい薬も増え、以前ほど完治は難しくありません。皮膚科の武田裕美子先生に、症状や治療の心得などについて教えていただきました。



武田裕美子(たけだ・ゆみこ)先生
ゆみこ皮膚科クリニック(神戸市中央区)院長。
川崎医科大学卒業後、兵庫医科大学大学院皮膚科で一般皮膚科・漢方医学・小児皮膚科などの治療に携わる。メディカルエステサロンを併設し、皮膚医学と美容の両面からサポートしている。
www.yumikohihuku.com

水虫とは、正確にはどんな病気ですか？

水虫は、「白癬菌」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です。日本人の5人に1人が感染すると言われていて、女性の患者も年々増加。男女を問わず、とても身近な病気となっています。

症状やタイプはいろいろあるのでしょうか？

手足の水虫は、大きく分けて次の3つのタイプがあります。
小水疱型(しょうすいほうがた)
足の裏や手のひらにポツポツと小さくて不ぞろいな水ぶくれができ、炎症の程度によって、とてもかゆかったり、あまりかゆくなかったり、やがて乾いて、斑点状になったり皮がむけたります。
趾間型(しかんがた)
足の指と指の間が白くふやけたようになります。その後は乾燥してくるタイプと、じゅくじゅくになるタイプがあり、放置していると、別の雑菌による2次感染が起こって、歩けないほど重症になることもあります。

角化型

小水疱型や趾間型の水虫が慢性化して足の裏の角質層が全体に厚くなり、ほろほろとはがれ落ちたり裂けたりします。かゆみがないので、とくに高齢者は歳のせいだと思いきわ場合も多く、放置するとかかとなどにひどいひび割れができ、痛くて歩けなくなったりもします。
このほか、とくに注意が必要なものとして、爪水虫があります。

力の方が優勢になると、もういくら外側を洗ってみても感染は止められません。場合によっては一日のうちに発症してしまふこともあり、たとえ毎晩入浴していても、完全には予防できないのが現実です。

もともと革靴を長時間履き続けることの多いビジネスマンに多い病気ですが、最近では女性も、ストッキングや流行のブーツ、長時間の山歩きなどで足がムレることが多く、来院される患者さんが増えています。ほかに、冬は内側から起した化学繊維を用いた靴、夏は通気性に欠ける合成樹脂のサンダルなどが好まれるようになったことも、足がムレやすくなり、患者さんが増える一因となっているように感じます。

足のムレ以外に、汗をかきやすい、手荒れなどにより皮膚のバリア機能が低下している、糖尿病などにより免疫力が落ちていて、血流が悪いといったことも、感染しやすい状況をつくりだします。

薬局で市販されている塗り薬で治せますか？

水虫は、感染が長期になればなるほど治りにくく、完治する前に治療をやめると再発を繰り返すため、専門医にかららずに治すことは簡単ではありません。とくに、爪水虫の場合は、外側から薬を塗っただけでは爪の中にある白癬菌まで効果が行きわたらないため、特別な治療が必要になります。ただし、今はかつての医療用の塗り薬が一部薬局で買えるようになっていきますから、ごく初期の水虫なら、生活習慣を見直すことと市販薬の塗布でかなり改善することもできます。

問題は、水虫には症状がよく似た別の

病気が多く、専門医でも診断には顕微鏡検査が必要だということです。

たとえば、小水疱型水虫は「汗疱状湿疹」や「掌跖膿疱症」と、爪水虫による爪の変形は靴による長期の圧迫から起こる変形などとは区別がつかません。当然、自分で水虫だと思いついていたら別の皮膚疾患だったということも多く、その場合、いくら水虫の薬を塗っても改善しないばかりか、場合によっては悪化させてしまうこともあります。やはり専門医の診断のもとで正しい治療を受けていただくのがいちばんです。

診断が確定すればどんな治療を行うのですか？

小水疱型と趾間型は、塗り薬による治療がメインとなります。併せて生活習慣を見直し、汗をかいたら靴下やストッキングはまめに履き替えるなど、足をムレにくくすることも大切です。趾間型の場合、よく5本指の靴下がよいと言われますが、びつたりサイズが合っていないと肝心の指と指の根元がくっつくのを防げないという場合もあります。このため当院では、ガーゼを短冊状に切って足の指の間にはさんでおくことを推奨しています。予備を持っておけば、仕事の合間にトイレなどで簡単に取り替えることができます。乾燥を保ちやすいのも利点です。ほかにもそれぞれに工夫して、自分に合ったよい方法を習得つけていただきます。

角化型や爪水虫は、塗り薬が患部に浸透しにくいので、飲み薬を処方しています。一般の飲み薬と同様、血液の流れによって患部に届き、治療効果を発揮して合、感染した爪が完全に健康な爪に生え

水虫なんて関係ない、と思っているあなたも。こんな症状、ありませんか？

(該当する項目は、□に✓を入れてください)



“足”の部

- 足の指と指の間を開いてみると、皮がむけている。
- 足の裏にポツポツと水ぶくれができている。
- 足の裏やかかとの皮が厚く、ざらざらになっている。
- 上記3つの症状が夏に悪化し、冬になるとおさまる。

“爪”の部

- 足の爪が白く濁って見える。
- 足の爪が変色して黄色くなっている。
- 足の爪が部分的に厚くなっている。
- 足の爪がもろくなってポロポロかける。

1つでも✓が入った人は、すでに水虫になっているかもしれません。かゆみなどの自覚症状がなくても病気が進行していることがあるので、できるだけ早く専門医の診断を受けましょう。

爪水虫
爪が白く濁ったり変形したりぶ厚くなったり、さらには、ポロポロ欠けたりします。かゆみがないので水虫と気づかず放置される場合が多く、爪に潜んだ白癬菌によって皮膚の水虫が再発を繰り返したり、巻き爪となって痛みを生じたりすることもあります。

女性にも増えているという水虫。その原因は？

5人に1人とされる感染者があちこちで白癬菌をばらまいているので、誰の手足にも簡単に白癬菌がくっつきます。たとえば、家族の一人が足の水虫になると、白癬菌は床やバスマット、共用のスリッパ、サンダルなどを介して、ほかの家族の足へ。ほかに、プールやスポーツクラブ、温泉、サウナなど、不特定多数の人が素足になって使用する場所も、白癬菌が付着する危険性が高く、細心の注意が

必要です。
単にくっついただけなら洗い流すこと



ができますが、困るのは、その前に菌が角質層にまで入り込んでしまった場合です。とくに足は汗っかきですから、密閉状態ですぐに汗がたまり、ムレて高温多湿な環境をつくりだします。この状態が長時間続くと、白癬菌はどんどん元気になり、角質層に入り込んで増殖を始めてしまうのです。菌が増えすぎて、異物を排除しようとする体の抵抗力より菌の勢

どんなにしつこい水虫でも、完全に治せますか？

どんなタイプの水虫も、また、どんな治療を選択した場合も、専門医が完全に治ったと認めるまで根気よく治療を続け、完治した後も生活習慣を元に戻さないことが大切です。それさえしつこく守っていれば、どんなにしつこい水虫でも必ず断ち切ることができます。
夏は白癬菌が活発になって、かゆみに悩まされやすい季節です。放っておくと不快なばかりか、周囲にも感染するし、どんどん治りにくくもなっていきます。毎年感じていたかゆみがしつこい結果なのかもしれません。いずれにせよ1日も早く専門医に相談し、徹底的な水虫退治に取り組んでください。

ドクターからの処方箋

～予防と根治のためのポイント～

- 1 水虫にならないために**
足は念入りに洗い、よく乾燥させる
とくに、スポーツクラブやサウナなど不特定多数の人が利用する場所に行った時は、十分な注意が必要。足の指と指の間はしっかり洗って乾かすように。
- 2 清潔を心がけ、家族間の感染を防ぐ**
こまめに掃除をし、バスマットなどはよく乾燥させ、スリッパやサンダルの共有は避ける。
- 3 足を高温多湿の状態におかない**
靴下やストッキングはこまめに履き替える。靴下は通気性のよい綿のものが多い。足の指の間ガーゼをはさんでおくのも効果的。
- 4 水虫かな?と思ったら...**
専門医の診断のもと、正しい治療を
自己判断で市販薬を用いると、水虫以外の皮膚疾患であった場合、悪化の原因になることも。
- 5 爪水虫に**
ペディキュアは厳禁
ペディキュアやジェルネイルで隠すのは悪化のもと。爪を密封することで、白癬菌にとっては快適な環境に。
- 6 自己判断で治療を中断しない**
完全に白癬菌を退治しないと再発を繰り返す。症状がおさまっても息を潜めているだけ。

