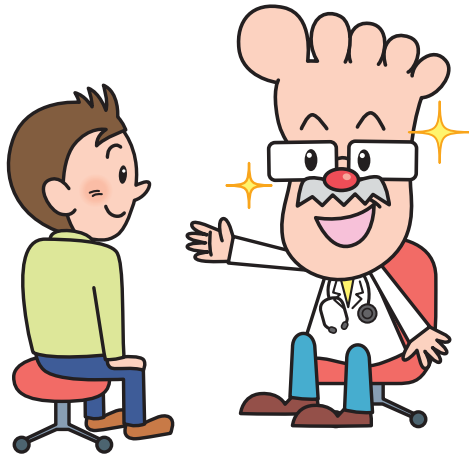


 (3) 治ったか自己判断しない

水虫はその性質から、高温多湿な夏に症状がひどくなり、冬に軽減します。しかし、すでに述べたように、冬の間も白癬菌は生きています。お薬の力で角質層の奥に逃げ込みますが、なかなか死滅しません。治ったと思ってお薬を塗るのをやめると、翌年また症状が出て悩むことになります。**完全に治ったかどうかは、医師の診察を受け、きちんと判断してもらいましょう。**

白癬菌の
死滅は
医師の診察で



— おわりに —

いかがでしたか。しつこい水虫も、きちんと対処すれば、治すことができます。水虫治療は、一朝一夕に成し遂げられるものではありません。水虫を治すと心に決めて、夏でも冬でも根気強く水虫と向き合い、水虫フリーの快適な生活を目指しましょう。



水虫治療の ハンドブック



今度こそ、しつこい水虫を
きちんと治したい!という方へ

監修 林部 一人 先生 (はやしべ皮膚科 院長)

1.はじめに—水虫は治せる!—

水虫は、私たちにとって、もっとも身近な感染症のひとつです。毎年、はじめた季節になるとかゆい水虫に悩まされる、そんな人も多いのではないでしょうか。「**治ったと思えば、翌年また同じ症状が出現する・・・。**」水虫は本当に厄介な病気です。

そんなしつこい水虫ですが、適切な治療法を知り、年間を通じて根気強く原因を取り除くことで、きちんと治すことができます。

このハンドブックには、水虫をきちんと治すためのポイントが書かれています。まずは水虫について知ることから始めましょう!



2.水虫を知る!

(1)水虫の正体

水虫は「**白癬菌(はくせんきん)**」というカビの一種が原因で起こるもので、正式には「**足白癬(あしはくせん)**」と呼ばれる、立派な**皮膚病**です。この白癬菌が増えることで、かゆみや水ぶくれの症状が引き起こされます。

●白癬菌の拡大写真

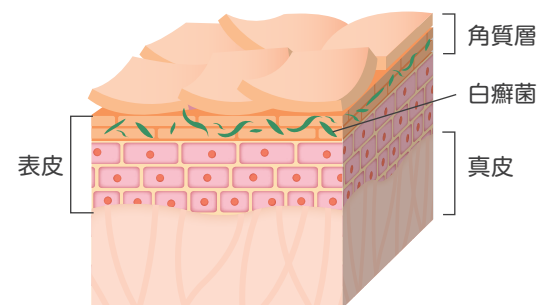


(2)白癬菌の住むところ

白癬菌は、ケラチンというタンパク質を栄養にしています。ケラチンは皮膚の表面を覆う角質層に多く含まれており、白癬菌はここに住みつき、増殖していきます。

厄介なことに、**患部にお薬を塗っても、角質部分は後にアカとなって剥がれ落ちてしまいます。**これが水虫の治療に根気が必要な原因のひとつです。

●白癬菌の住むところ





(3) 白癬菌は、温かく湿ったところが大好き

白癬菌は適度な温度と湿度があると、活発になって増殖します。高温、多湿になりがちな夏場の足は、彼らにとって絶好の場所なのです。夏、水虫がかゆくなるのは、これが原因です。

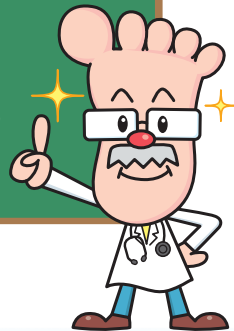
しかし、寒くなると、白癬菌は自然に元気がなくなっていきます。気温が下がるにつれ、汗の量が減るとともに、靴の中の温度も湿度も下がるからです。

けれども油断は禁物です。かゆみこそなくなります、この間、白癬菌は角質層の奥深くに潜んで、湿度が高くなり、暖かくなるのをじっと待っているのです。



水虫の特徴

- ・水虫は「白癬菌」というカビ由来の皮膚病
- ・白癬菌は角質層に住みつく
- ・夏場に活発になり、増殖
- ・寒くなると元気はなくなるが潜んでいる
- ・冬場は暖かくなるのを待っている



(4) 水虫のいろいろなタイプ

ひと言で水虫と言っても、症状や生じる部位によって、以下の3つの型に分けられます。

- ① 足の指(特に小指)の間にでき、皮膚のむけやふやけを引き起こす趾間(しかん)型
- ② 足背、足底、足縁に小さな水ぶくれを引き起こす、非常にかゆい小水疱(しょうすいほう)型
- ③ かゆさはそれほどではないものの、足裏全体の皮膚を厚く硬くし、やがて皮膚をむけさせる角質増殖(かくしつぞうしょく)型



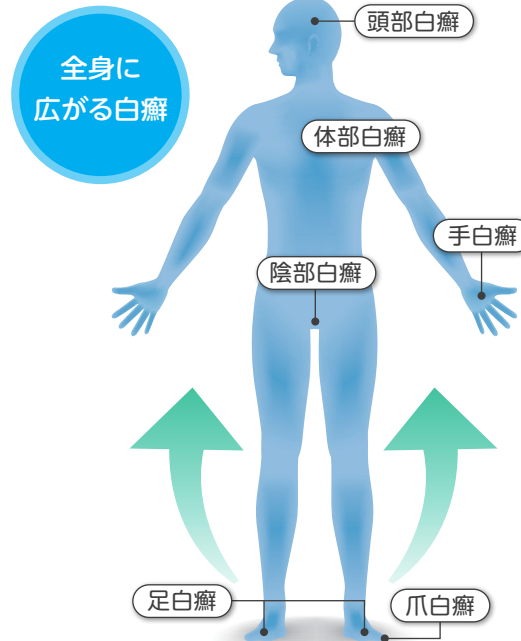
①趾間(しかん)型



②小水疱(しょうすいほう)型



③角質増殖(かくしつぞうしょく)型



水虫は手・爪・頭・胴体・股など全身の皮膚へと感染が広がることがあります。水虫の範囲が少ないうちに**きちんと治すことが大切**です。

3. いざ、治療へ!

(1) きちんと治すには、ズバリ「お薬」!

白癬菌を死滅させるには水虫治療薬が有用です。お薬の効果で、白癬菌は体を覆う細胞膜を作れなくなります。すると正常に活動できなくなるため、やがて死んでいきます。お薬はライフスタイルに合わせて忘れずに毎日外用しましょう。



(2) 患部を水虫が繁殖しにくい環境に!

お薬の効き目を助けるために、水虫が繁殖しにくい環境を作りましょう。患部を清潔に保つことは重要ですが、洗い過ぎて患部を傷つけると皮膚内に菌が入り込み悪化することもあります。傷つけない程度に毎日軽く洗い流しましょう。

また、湿気がこもりやすい靴下は5本指ソックスにかえる、靴を履いている時間を短くする、カーペットや足ふきマットを清潔に保つなども併せて行うとよいでしょう。

水虫を患っている間は、家族にうつさない配慮も大切です。スリッパや足ふきマットなどの共用品から水虫が感染することがあるため、専用のスリッパを用意したり、足ふきマットを取りかえるなどの対策をしましょう。もしも家族に、自分以外で水虫にかかっている人がいたら、同時に治療するとよいでしょう。



水虫を
繁殖
させない