

# 水虫の症状と日常ケア

## 水虫の原因

水虫の原因は、白癬菌(はくせんきん)というカビが、皮膚の表面に付着、皮膚の一番外側にある角質層に侵入・繁殖して発症する感染症です。白癬菌は、ケラチンというタンパク質を栄養源とし、じわりじわりと領土を広げ、時には爪や体まで繁殖し、家族にまで感染します。

## 水虫の感染を防ぐには

白癬菌が付着している角質は、汗、皮脂などとともに剥がれ落ちるので、不特定多数の人が使用するスリッパ、サンダルを履いた後や、浴場、サウナなどのマットに足が触れた後は気をつけましょう。掃除を心掛け足を毎日よく洗い、白癬菌を皮膚に付着させないようにしましょう。白癬菌は、高温多湿を好むので、靴や靴下で長時間蒸れるような状態は避けたいものです。

## 足以外にも見られる水虫

水虫の栄養源であるケラチンは、皮膚だけでなく、手、頭、体、股にも含まれていますので、体中どこにでも白癬菌は繁殖することができますが、これらの病名や症状はそれぞれ異なっています。

## 足以外にも見られる水虫

水虫の栄養源であるケラチンは、皮膚だけでなく、手、頭、体、股にも含まれていますので、体中どこにでも白癬菌は繁殖することができますが、これらの病名や症状はそれぞれ異なっています。

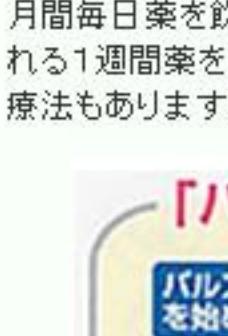


## 足と爪の水虫のタイプ



### 趾間型白癬

足の指の4番目と5番目の間によくできます。指の間の皮膚が白くなり、時に皮膚が捲れたり、亀裂を生じます。症状がひどくなると、むずがゆいことが多いようです。



### 小水泡型白癬

粟粒くらいの小さな水泡が、足底や足の縁に生じ、かゆみがあります。水泡が乾くと、皮膚がむけてきますが、他の部分に新しい水泡ができる、少しづつ広がっていきます。

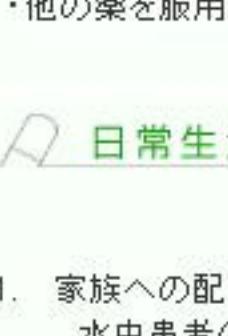
### 角化型白癬

足の裏やかかとの角質の部分が厚くなり、表面がザラザラになって皮がむけてきます。あかぎれやひび割れを作ることがあります、かゆみなどの自覚症状がないので、単なる乾燥と間違えられ見過ごされるケースが多くあります。

### 爪白癬

爪の中に白癬菌が侵入し、爪が白色や黄色に濁ったり、厚くなったり、簡単にボロボロになります。爪白癬自体は、痛みやかゆみがないので放置されてしまうことが多いようです。ちなみに爪が変色するのは、爪に侵入した白癬菌により爪が破壊され、中に空気が入り込むためです。足の爪も手の爪も爪白癬になります。

### 足の爪白癬



### 手の爪白癬

白癬菌の仲間である、カンジダ菌によっても同じような症状が見られます。

### 写真提供:

医療法人社団 清仁会 哲学堂 くすのき皮膚科 楠 俊雄先生  
ヤンセンファーマ株式会社

## 水虫の薬について

### 塗り薬

塗り薬には、液剤、軟膏、クリームなどの剤形があり、剤形により特徴があります。症状に見合った剤形を用いないとかえって症状を悪化させることもあるので注意が必要です。

#### ・液剤

アルコールを含む液剤は、乾きやすく使用感が好まれますが、ジュクジュクしたタイプや皮膚に傷があるタイプには刺激があるので不向きです。乾燥したタイプや液体のため爪水虫の症状に向いています。

#### ・軟膏

(クリームよりベタベタするため使用感はよくないですが、患部をシットリさせるので乾燥している時や刺激が少ないでのジュクジュクしている時や皮膚が切れて痛みがある時などなどに向いています。

#### ・クリーム

皮膚によく浸透し、伸びもありベタベタしないのが特徴です。しかし乾燥傾向が強い場合は、より乾燥させたり、ジュクジュクしている時には、刺激も強いので不向きです。

### 塗り薬の使用量の目安



感染の広がりを防ぐには、患部のみに塗るのではなく、足の裏全体から指の間まで塗りましょう。その場合、人差し指の先から1番目の関節まで塗り薬を2回(約1g)しぼって塗るのが目安になります。

### のみ薬

塗り薬は、爪の中や角化型の重症例では薬が浸透しにくいので治療が困難です。一方、飲み薬は成分が患部に長い間留まるため効果的です。今まででは、6ヶ月間毎日薬を飲む方法しかありませんでしたが、最近では、パルス療法と呼ばれる1週間薬を服用し、3週間薬の服用を休むというサイクルを3回繰り返す治療法もありますので各医療機関とご相談ください。

## 「パルス療法」のお薬のみ方

パルス療法を始めた月 2ヵ月目 3ヵ月目

1週間のむ 3週間休む 1週間のむ 3週間休む 1週間のむ 3週間休む

治療開始 お薬をのむ期間の終了 最後にお薬をのんでから 約3ヵ月後 爪の状態チェック

合計21日間のむ

観察フォロー

毎日のみます

爪の状態をチェックしながら服用終了時間を決定

爪の状態をチェックしながら服用終了時間を決定