

# 爪白癬

## 毎日のフットケアで 予防を



爪白癬は爪にできる水虫で、10人に1人は爪白癬に感染しているという調べがあるほど、患者数が多い病気です。以前は非常に治りにくいとわかれていましたが、現在ではよく効く薬が登場して治療が可能になっています。痒みなどの自覚症状がほとんどない爪白癬ですが、爪の色や形に異常を感じたら、放っておかず受診するようにしましょう。また足の水虫が感染源になりますから、ふだんからフットケアを行い予防することも大切です。

監修



仲皮フ科クリニック  
院長  
仲 弥 先生  
(なか・わたる)

●略歴

1977年、慶應義塾大学医学部卒業。同大学医学部皮膚科教室入局。1983年、同大学医学部皮膚科医長、1987年、同大学医学部皮膚科専任講師を経て、1996年、仲皮フ科クリニック(川崎市)を開院し、現在に至る。2002年より埼玉医科大学皮膚科非常勤講師を兼任する。埼玉県皮膚科医会会長。日本臨床皮膚科医会参与。日本皮膚科学会東京支部監事。著書に『水虫は1ヶ月で治せる!』(現代書林)。



爪に住み着く白癬菌  
検査で正しい診断を

爪白癬とは、爪の中に白癬菌という水虫の原因菌が住み着いて起こる感染症で、爪の水虫ともいわれます。

通常、カビの一種である白癬菌が、足について足の水虫になり、それが爪にうつって爪白癬になる場合がほとんどです。

爪白癬の初期には、爪の一部が白く、または黄色っぽく濁った色になってきます。症状が進むと濁った部分が広がります。

り、爪が厚くなったり変形したりしてボロボロと欠けてきます。

爪白癬にかかっても、爪に痒みや痛みがないため、自分が爪白癬にかかっているという自覚がない人が多く、高齢者ほど、爪の老化現象と考えて放置してしまいがちです。

爪白癬の診断は、似たような爪の症状が出る病気はほかにもあるので、見た目だけで判断するのではなく、顕微鏡検査で白癬菌がいるかどうかを確認する必要があります。

爪白癬を放っておくと、変形した爪



爪が厚くなったり、ボロボロと欠けたりしたら爪白癬かも

白癬菌が体のほかの部分にうつり家族に感染する場合もあるので、爪に異常を感じたら軽視せず、皮膚科を受診するか、かかりつけ医に相談しましょう。



治療は処方箋薬で  
根気よく続けて完治する

爪白癬の治療には、医師が処方する抗真菌薬の内服薬や外用薬が必要です。爪は硬くて薬が浸透しにくいので、市販の水虫外用薬はなかなか効きません。受診して、比較的軽微な症状の場合や内服薬が飲めない場合に限り、外用薬が処方されますが、通常は内服薬を3〜6か月程度服用して爪白癬を治療します。

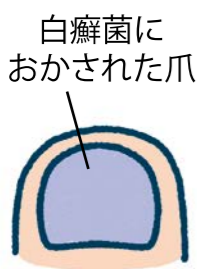
内服薬は、薬効成分が血液によって爪の内側まで届くので外用薬より高い治療効果が期待できますが、飲み合わせの悪い薬もあるので、ほかの薬を服用している場合は、必ず医師に伝えましょう。また、定期的な受診や血液検査を行い、副作用を起こさず安全に治療できているかを確認することが大切です。



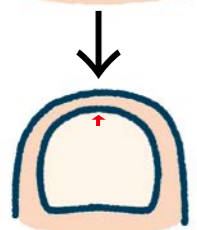
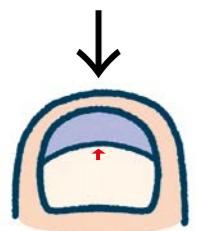
1日1回は足を洗い  
爪白癬を予防する

爪白癬や足の水虫にならないためには、白癬菌の感染を予防することが大切です。予防のポイントには、菌を体につけないこと、またついたとしてもきちんと洗い落とすことです。

爪白癬や足の水虫にならないためには、白癬菌の感染を予防することが大切です。予防のポイントには、菌を体につけないこと、またついたとしてもきちんと洗い落とすことです。



治療を開始すると、新しいきれいな爪が生えてきます



白癬菌は感染した人の皮膚からはがれ落ちた垢(か)の中で長期間生きています。それを踏みつけて菌が足につき、洗い落とさないでいると感染してしまいます。複数の人が裸足で使用するスポーツジムや入浴施設、飲食店の座敷、また家庭のバスマットや共有しているスリッパなど、生活のあらゆる場所に感染源があります。

しかし、たとえ菌が付着しても、健康な皮膚の中に菌が入り込むには24時間程度かかるので、1日1回、足をきれいに洗い流せば、感染を防ぐことができます。軽石やヤスリなどを使うと、皮膚に細かな傷ができて、菌が皮膚に入りやすくなるので使わないようにしましょう。また、こまめに掃除機をかけたり洗濯したりして、住まいを清潔にし、毎日の適切なフットケアで感染を予防しましょう。