

大曲皮膚科ニュース

2006年6月12日号

水虫のスキンケアとは？

☆知らずに水虫にかかっている方は4人に1人！☆

水虫で皮膚科を受診される患者さんは、水虫にかかったことを、かゆみやじくじく、みずぶくれなどの症状で気づきます。しかし、最近のいくつかの論文で、実際は知らない間に水虫にかかっているのに、かゆくないので治療をしていない人が多いことが分かり、注目されています。皮膚科を、皮膚や爪の水虫以外の病気で受診した患者さんについて、足を診察させてもらった結果、20-25%の方が足の皮膚に、3-15%の方が足の爪に水虫菌を検出され、水虫と診断されました。これを年齢別で見えます。皮膚の水虫は、お子さんには稀で、年齢と共に増えて、70歳以上では、実に半数の方がかかっていることがわかりました。このデータから、水虫に一旦かかったら、自然には治りにくいということが分かります。

自分では気付かない水虫とは、どんな症状なのでしょう？ 皮膚は、半数が足のうらや、ゆびの間で、ぽろぽろ薄皮が剥ける症状で、残りの半数が足のうらの角質が厚くなって硬くなる症状で、いずれもかゆみがありません。水虫でよく知られた症状が少ないために、御本人は水虫とは気が付きにくいのです。爪は、黄色～褐色に濁り、さらに厚くなることもあります。これらは、本人がつかうだけで、特に皮膚や爪が硬くなる症状は、重症度が高く、治りにくいことがあります。

☆水虫を治すためのポイントは？☆

ヒフのもっとも表面には、外界からの刺激から守るための角層があり、正常な角層は古くなると1ヶ月周期で垢として剥がれ落ちます。角層の細胞はケラチンというタンパク質で出来ていて、水虫菌はケラチンを食べて生きています。水虫のつけぐすりは、水虫菌のいる角層に達しても新しい角質が下から次々に生まれ、そこに水虫菌が逃げていきますので、毎日塗らなければ、効果がありません。

また、ぼろぼろと薄皮がむけた所や水ぶくれ、ゆびの間のうるけた皮膚だけに外用薬をつけていませんか？ これは、あなたが水虫菌を認識して、拒否反応を起こしている良い反応で、新しい角質が、普通よりもっと速いペースで下から作られてはすぐに剥がれ落ちることで、むけた薄皮と共に、菌を追い出そうとしており、おかげで自然に症状がなくなる場合もあります。しかし、角層の中でもごく浅いところまで追い出してしまうと、体は水虫菌を認識できなくなり拒否反応を止めてしまいますので、菌は残ってしまうことが多いのです。症状は約 1 ヶ月で軽快しますが、皮膚が正常になってからさらに3ヶ月クリームを塗りましょう。また、一見正常なところにも菌がいますので、周りの正常な皮膚を3 cmほど含めてクリームを付けましょう。

- 水虫のつけぐすりは、入浴後に塗ると効果的です。
- 1 週間塗ってもよくなる傾向が見られないか、悪化した時は受診してください。
- 足の高温多湿を避けましょう。靴、靴下は通気性のよいものを選び、毎日履き替えましょう。
- 足はゆびの間を含めて、毎日洗いましょう。1 日 1 回、ふつうの石けんのでていねいに、手のひらか木綿のタオルで洗いましょう。洗った後はしっかり拭いて乾かします。
- 角質のわずかなキズが水虫菌の侵入を許してしまうため、アカすりや、軽石などは使用しません。

☆家族にうつさないためには？☆

まだ治療していない水虫患者さんが、室内を裸足で歩くと、水虫菌を足元にまき散らしてしまいますので、家族に水虫をうつしてしまいます。しかし、つけぐすりをしばらく付けるだけで、殆ど菌を落とさなくなります。すでに散布されてしまった水虫菌は、靴下やバスマットは洗濯やアイロン掛け、スリッパは濡れタオルで拭くことで、容易に除菌出来ます。乾燥状態におかれた塵内の菌は、いずれ自然に死滅します。そのため、水虫患者さんの家庭においても、一般的な清掃をまめに行うこと以上の処置は必要ないのです。家族にうつさないために最も重要なことは、水虫患者さんが、確実につけぐすりをつけることなのです。

☆最強の水虫のつけぐすり ルリコンクリーム・液☆

皮膚がきれいになってからも、くすりをつけるのは、毎日忙しい方々にとっては、実際は難しいことのようにです。そこで、昨年発売されたルリコン®をご紹介します。比較した既存の水虫のつけぐすりのどれよりも、効果が強いことが分かっています。これは試験管内での結果ですが、実際に水虫患者さんの足に、代表的なみずむしのつけぐすりであるマイコスポール®を4週間つけて頂いた場合と、ルリコン®を2週間つけたあと、薬効のない薬を2週間つけて頂いた場合を比較した治験の結果では、有効率がほぼ同じ、高い値が得られました。このことから、ルリコン®だと、より短期間で治る方が多くなると思います。これまでのつけぐすりでも、再発を繰り返していた方々にもお勧め出来ますので、お気軽に御相談下さい。

大曲皮膚科 住所：〒061-1272 北広島市大曲末広 1 丁目 2-1 (セリオ 1F) 電話：011-376-2000 記：院長 梅津 修

