

つめ はくせん

爪白癬・みづむし

(爪のみづむし)

監修：池田回生病院 皮膚科部長 庄司 昭伸 先生



あなたの理解で治る病気 爪白癬・みずむし

目 次

爪 白 癜

あなたの爪は大丈夫?	3
爪白癬の症状 その1	4
爪白癬の症状 その2	5
爪白癬は他の人にもうつります	6
爪白癬の治療には時間がかかります…	7

足 白 癜

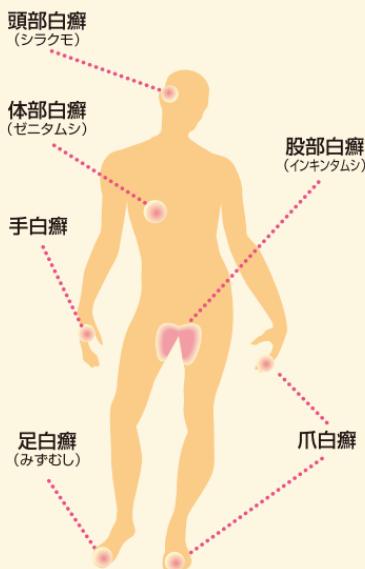
あなたのみずむし(足白癬)は治ります	8
みずむしの症状 その1	9
みずむしの症状 その2	10
みずむしができやすい部位とタイプ	11
根気よく治療を続けることが完治への道です	12
みずむしは“完治するまで”治療が必要です	13

フットケア

治療中のフットケア	14
再感染防止のためのフットケア	15

真菌の感染症

つめはくせん あしはくせん はくせんきん
爪白癬、足白癬はどちらも白癬菌とい
う真菌(カビ)が原因の感染症です。
正しい治療をしないでいると、自分の
体の他の部分(下図参照)にうつした
り、身近な人にもうつしてしまいます。





あなたの爪は大丈夫?

爪の病気で、最も多いのが爪白癬(爪のみずむし)です。

足白癬(足のみずむし)のようにかゆみや痛みはありませんが、治療を必要とする病気です。

以前は非常に治りにくい病気と考えられていましたが、今では治療薬ができたことで完治できる病気になりました。

次のページ以降に示すような症状があれば、医師にご相談ください。





爪白癬の症状 その1



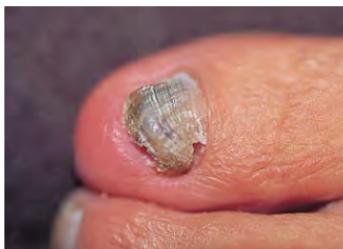
白くにごる(足)



白くにごる(足)
(黒い線は30%硝酸銀による印)



茶褐色になる(足)



茶褐色になる(足)



分厚くなる(足)



分厚くなる(足)



爪白癬の症状 その2



もろくなる(足)



もろくなる(足)



白くにごる(手)



茶褐色になる(手)



分厚くなる(手)



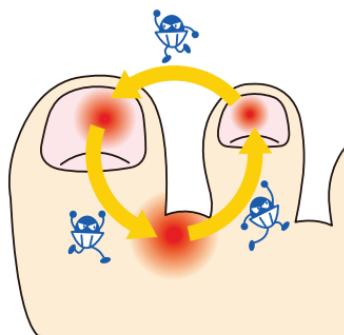
もろくなる(手)



爪白癬は他の人にもうつります

爪白癬は正しい治療を受けずに放置すると、自分の体の他の部分にうつしたり、身近な人にもうつしてしまいます。

通常のみずむし（足白癬）が爪部分にうつって爪白癬になることも多く、逆に爪白癬を放置して、みずむしだけを治療すると、治ったつもりのみずむしが爪白癬からうつって再発することもあります。「みずむしは治りにくい病気」と思われる一因はこんなところにあるのです。

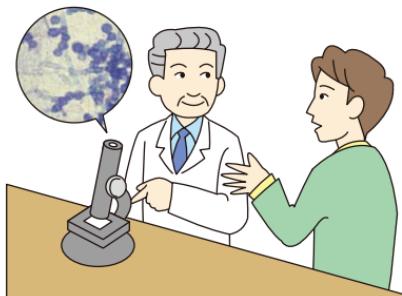


お医者さんの診断を受け、正しい治療を受けることが完治への早道です。

決められた治療期間を守り、決して自己判断で中止しないことです。

爪白癬の診断には、爪を少し取り顕微鏡で白癬菌を確認することが必要です。

約5～10分で診断が可能です。





爪白癬の治療には時間がかかります

爪の中に潜む白癬菌を治療するには飲み薬(内服薬)や爪の中まで浸透する塗り薬(外用薬)を用います。これは薬店では販売されておらず、お医者さんが処方する薬です。

爪が生え変わるには、足の爪で約1年、手の爪で6ヵ月以上かかります。このことを理解して、お医者さんの指示に従って根気よく治療を続けてください。そうすれば、爪白癬を完治させ、健康な爪を取り戻すことができます。

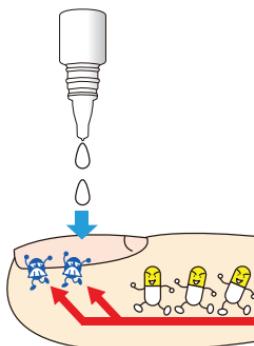


図:爪白癬治療前、治療中、治療後の症例写真



治療前



治療中(2ヵ月後)



治療後(2年半後)

黒い線は30%硝酸銀によりつけたマーク



あなたのみずむし(足白癬)は治ります

日本人の約5人に1人がみずむしにかかっているとされています。皮膚科医が治療した足の病気の約4割がみずむしであるなど、患者数の多さが報告されています。

みずむしの治療薬には、塗り薬(外用薬)と飲み薬(内服薬)があります。

多くの場合、塗り薬で治療しますが、感染部位とみずむしの種類によっては飲み薬による治療となります。かかとの角質化した皮膚などに潜む白癬菌には塗り薬が届きにくく、飲み薬による治療が必要になります。

患部がカサカサしている場合にはクリーム剤や液剤を、じゅくじゅくしている場合には軟膏剤を用いるなど、みずむしのタイプに応じた薬剤が処方されます。

足の臭いが強い時は、みずむしではなく
ピッティッド・ケラトリシス^{注)}の場合があります。



注)Pitted keratolysis:足底、足指の裏に小さなクボミ(小陥凹)として生じる。原因是細菌で多汗症の人によく悪臭があるのが特徴。





みずむしの症状 その1

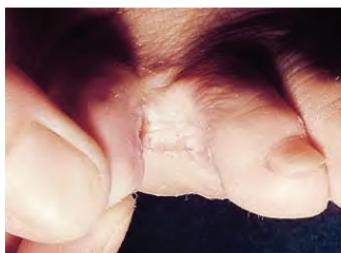
しょうすいほう

図:症例写真(小水疱型)



しがん

図:症例写真(趾間型)





みずむしの症状 その2

図:症例写真(趾間型)
しがん



(緑色は綠膿菌の色)

かくしつぞうしょく
図:症例写真(角質増殖型)





みずむしができやすい部位とタイプ

みずむしといえば足の指の間にできるタイプ(趾間型)がよく知られています。しかしそれだけでなく、足の裏や側面、かかともにも発症します。みずむしの病型は次の3つのタイプに大きく分けることができます。

1. 小水疱型

足の裏や側面に小さなみずぶくれができ、かゆみが強く、時間の経過とともに赤くなって皮膚が剥がれてきます。



2. 趾間型

足の指と指の間(趾間)に発症し、最初に皮膚が赤くなり、その後白くふやけたような状態になります。かゆみはある場合とない場合とがあります。

3. 角質増殖型

主にかかと部分を中心足の裏がカサカサになってしわが深くなり、日がたつと表皮が剥がれてきます。ひび割れを伴うことがあります。通常かゆみはありません。

この3つの病型のうち、最近よくみられるのが角質増殖型です。かかとが分厚くなって、かさつきやひび割れがみられたらみずむしかもしれません。



根気よく治療を続けることが完治への道です

白癬菌はあなたの爪などさまざまな部分にうつります。家族にも感染することがあります。このような感染サイクルを絶つには、まず自己判断をせずにお医者さんによる診断と適切な治療を受けることが第一です。

お医者さんの指示に従って、根気よく治療を続けることが完治への近道です。

図：みずむし治療前後の症例写真



治療前



治療後



治療前



治療後

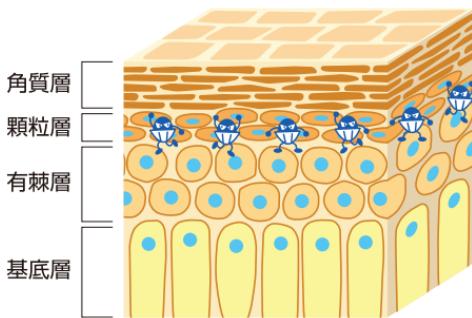


みずむしは“完治するまで” 治療が必要です

かゆみなどの症状がなくなると治療をやめてしまう患者様が多いようですが、かゆみが治まっても皮膚の中には白癬菌がまだ生きていて、しばらくすると再発してきます。治療を自己判断でやめないようにしてください。



図：皮膚の新陳代謝と治療期間



皮膚の基底細胞が分裂によって増え、徐々に押し上げられて角質となり、やがて剥がれて落ちていく期間を「ターンオーバー」と呼びます。みずむしを完治させるには、通常、菌の感染部位の皮膚がターンオーバーする間、病巣部の抗真菌薬の濃度を保つことが必要です。

完治に必要な期間は、軽症の場合で最低3ヵ月、重症例では1～2年です。



治療中のフットケア

- 1 石鹼で足全体、指の間(趾間)もよく洗う。



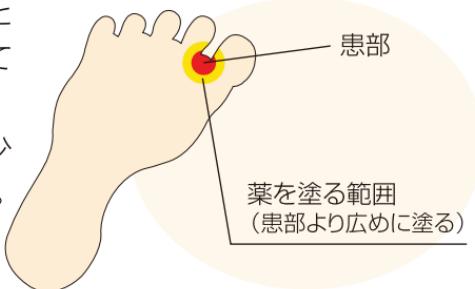
- 2 風呂上りに乾いたタオルでよく拭いてから薬を塗る。



3 薬の塗り方

塗り薬は少量を指先にとって、患部に薄く伸ばしてください。

塗るときには患部より少し広めに塗ってください。

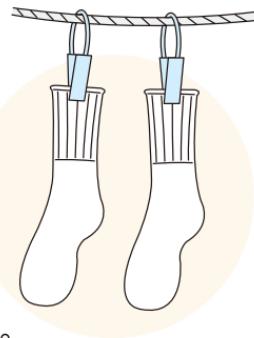




再感染防止のためのフットケア

爪白癬やみずむしに再び感染しないために、次のことを守りましょう。

- 1 家に帰ったら足を洗うなどの習慣を身につけ、常に足を清潔に保つよう心がけましょう。



- 2 できるだけ足の乾燥を保つため、靴や靴下は通気性のよいものを選びましょう。
- 3 靴は何足かを交互に履くようにし、ときどき陰干しして乾燥させましょう。
- 4 履物などを共有するのはやめましょう。
- 5 足ふきマットを清潔に保ちましょう。



医療機関名・主治医名・連絡先