医療法人社団 青泉会
下北沢病院

水虫

水虫は白癬菌が原因で起こる皮膚感染で、趾の間、又は足の裏に起こる事が多いです。
水虫の症状は皮膚の乾燥、かゆみ、落屑、炎症、水膨れなどが含まれます。水膨れは皮膚のひび割れに至ることもよくあります。水膨れが破れると皮膚のむけた部分がさらされ、痛みと腫れの原因になります。感染が広がるにしたがって、かゆみとヒリヒリした痛みが強くなることもあります。
水虫は足の裏と趾の間に広がる可能性があります。身体の他の場所、例えば脚の付け根、わきの下に広がり、感染の再発を起こす可能性もあります。このような理由から足の専門医で水虫を治療することが大切です。



水虫になる原因

靴の中の温かく、暗く、湿気がある環境が白癬菌の成長を促します。プールの周り、シャワー、ロッカールームなどの温かく湿った場所も白癬菌の温床となります。この感染はこれらの施設を頻繁に使うアスリートの間でよく見られるため「アスリートフット」という呼び名も付けられています。自宅でも家族同士で同じバスマットを使用していて、家族間で水虫が感染してしまうこともよくあります。



自宅でのケア

足を清潔に保って自己管理することが大切です。また、温泉やプールなど、不特定多数の人が裸足で歩く場所に行ったら、帰宅してすぐに足を洗うように心がけましょう。足は毎日こまめに洗って清潔に保ちましょう。

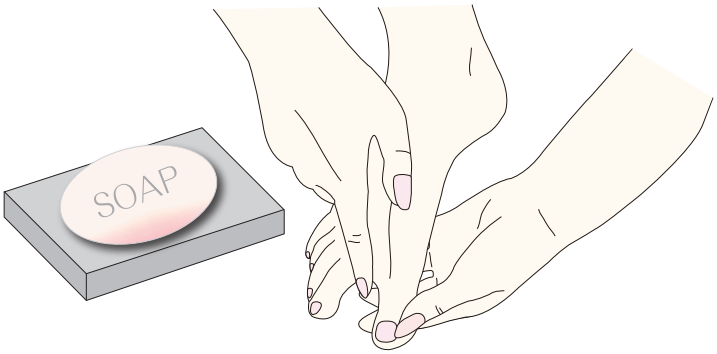
殺菌成分入りの石鹸で洗う

市販されていて手に入りやすい殺菌成分入りの石鹸で足を洗います。すぐに流してしまうと効果が得られないので 15 秒ほど経ってから洗い流すようにしましょう。手で趾の間まで丁寧に洗いましょう。

靴は毎日違うものを履く

靴を毎日取り替えることで、靴の中の湿気を減らすことができます。白癬菌の温床となる環境を作らないように注意しましょう。

足を洗うときは
趾の間までしっかりと洗いましょう



水虫

予防方法

感染から足を守るには足を清潔に保つことが一番です。石鹸と水で足を毎日洗い、特に趾の間を注意深く拭き、毎日靴を変え、湿気を減らす為に靴を洗い、白癬菌が足を攻撃することから守ります。毎日靴の中に質のよい足用パウダーを使うことも役に立ちます。

裸足で歩くことは避けましょう。

プールサイドやロッカールームでも、シャワー用のサンダルを履くと良いでしょう。

空気の通りが良い靴を履きましょう

ゴムやプラスティック素材の靴は避けましょう。キャンバス、ナイロンメッシュの靴などは空気の通りがよく湿気がこもりにくいです。もし発汗がひどいようなら毎日違う靴を履きましょう。

足を乾燥させるために靴下を履きましょう

発汗がひどいようなら、靴下を頻繁に変えると良いでしょう。



完治後の写真

治療方法

抗真菌剤の外用薬を感染の症状が見られる部分に塗布します。

内服薬を処方することもあります。

医療法人社団 青泉会 下北沢病院
〒155-0031
東京都世田谷区北沢 2 丁目 8-16

受診受付窓口
TEL：03-3460-0300
http://shimokitazawa-hp.or.jp/