



# 日本人の4人に1人の方が、水虫に悩んでいます。

## 水虫はお父さんだけのもの？

「水虫なんて、自分には関係ない」と思っている方はいらっしゃるかもしれませんが、男性がかかる病気、というイメージが強くあるようですが、水虫は特別な病気ではありません。



水虫を発症する原因のひとつに、靴や靴下を履きっぱなしで通気性の悪い状態を長時間続けていることがあげられます。働く女性の増えてきた現代、女性の水虫患者も確実に増えてきているのです。

気温と湿度が上がるこれからの季節は、水虫の症状が出やすい時期です。現在水虫を発症している方、水虫ではないかな？と疑っている方だけでなく、水虫にかかっている方のいらっしゃるご家庭でも、十分な予防対策が必要です。

## 正しい知識を身につけましょう

水虫の原因は、「白癬菌(はくせんきん)」というカビの一種です。白癬菌は、皮膚の最も外側にある「角質層」に住みつき、角質の成分である「ケラチン」というタンパク質を主な栄養素として増殖します。

水虫が足の裏や足の指の間に最も発症しやすいのは、高温多湿になりやすく、また足の角質層が他の部位に比べ、数倍も厚いため、菌にとって住みやすい環境であるからなのです。

しかし、白癬菌が住み着くのは足の角質層だけではなく、発症部位によって症状や名称も様々ですが、手や頭部、爪の中に水虫が発症することもあります。

次の表に、水虫の主な種類と症状をまとめてみましたので、「もしかして自分も...?」と思われる方は、早めに皮膚科の診察をお受けになるようお勧めします。

また、症状が似ていても他の皮膚病である場合もあります。水虫だと判断してご自分で治そうとすることは、症状を悪化させる原因にもなりますのでご注意ください。

名称	発症部位	症状
しらくも(頭部白癬)	頭部	頭皮が白く、雲がかかったようになる
たむし(体部白癬)	体の各部	湿疹のような小水疱(水ぶくれ)ができる
手の水虫(手白癬)	手のひら 指の付け根	指の付け根に小水疱ができたり、手のひら全体が固くなりガサガサする
足の水虫(足白癬)	足の裏、かかと 足の指の間	皮がむけたり赤くただれてかゆみがある症状と、角質が硬くなる症状がある
爪の水虫(爪白癬)	手や足の爪	爪の先が白く濁ったり変色、変形する かゆみがなく気づきにくい

## 水虫の対策と予防の4大原則

①自身やご家族の方が水虫と診断されたら、まず感染を広げないように、ご家庭内での生活習慣から見直すことが必要です。以下に水虫対策の4大原則をまとめてみました。

### 一、清潔が一番

白癬菌が付着したからといって、すぐに感染するわけではありませんが、特に菌に触れやすい足などは、毎日欠かさず石鹸で洗い、きちんと乾かすことが大切です。

### 二、掃除をこまめに

垢として剥がれ落ちた角質の中でも、白癬菌はまだ生きています。気をつけていても知らぬ間に菌はお部屋の中に広がっています。お部屋の中はこまめに掃除をしましょう。

### 三、共用はダメ

水虫にかかっている方と、スリッパなどの履き

物を共用していると、そこから感染する可能性が非常に高くなります。直接患部に触れるものなどは、専用のものを用意しましょう。また、湿気の多いバスケットも、要注意の感染源です。

### 四、通気性のよい靴を

白癬菌は湿気を好みます。特に長時間身につけることの多い靴や靴下は、通気性のよいものを選びましょう。また、靴は複数を用意し、湿気を残さないよう毎日履き替えるようにするとよいでしょう。

## お薬とは根気よくお付き合いをしましょう

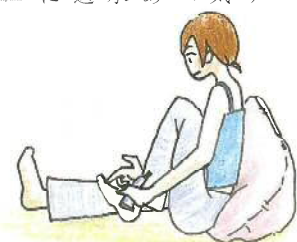
水虫の根本的な治療には、お薬の使用が効果的です。しかし、正しく使用しなければ、せっかくのお薬もその効果を十分に発揮しきれません。

白癬菌は非常に生命力の強い菌です。お薬の効果で、時的に症状が治まったからと、使用をやめてしまうと、角質層の奥に潜んでいた菌がたちまち活動を開始します。

角質層は約1、3ヶ月の周期で剥がれ落ち、新しく生まれ変わりますので、たとえ症状が改善されたように感じられても、最低1ヶ月間はお薬を使用し続けることが重要です。

塗り薬の場合は、お医者様や薬剤師の指導に従って使用していただくことはもちろんですが、お風呂上りの皮膚が柔らかくなっているときに塗ると、より効果的です。

毎年のように発症する水虫は、治らない病気だと誤解されがちですが、決してそんなことはありません。根気よく水虫治療を続けて、快適な夏を過ごせるようにしましょう。



## ご家族の理解と協力が大切です

水虫は、家庭内での感染が多いため、水虫にかかっている方の45%は、同居家族内に水虫患者がいるという調査結果が出ています。(2003年 バイエル薬品調べ)

水虫と診断された場合は、同居されている他の方にも感染している場合がありますので、疑わしい症状がある場合は皮膚科の診察をお受けになるようお勧めします。

水虫は、ご家族全員で治療していく必要のある病気だということをご理解いただき、家庭内感染の危険性を少しでも減らせるよう、皆さんで協力ください。

## 水虫対策関連商品



関連製品に関するご質問、取り扱い等につきましては、お気軽に各薬局受付までおたずねください。