

《液体の水虫薬の使い方》

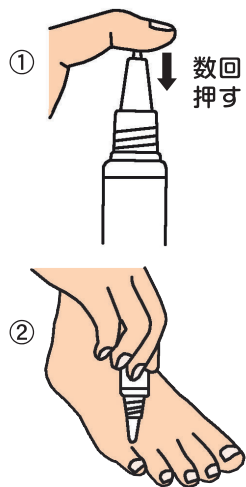
液体の水虫薬には、アルコールが多く含まれています。

そして、目薬と間違えて点眼してしまう事故を防ぐため、大抵は容器の先端を押して中身を出すような、ちょっと変わった容器に入っています。

このため、気をつけて頂きたい点が幾つかあります。



- 塗る時はもちろん、保管中も火気を避けてください。
- 使う前に、その都度、容器の先端を上に向け、先端の部分を指で数回押して中の空気を抜いて下さい。①
※薬液が一度に大量に出るのを防ぐためです。
- 容器を逆さまにして先端を押すと薬液が出るので、これを塗り広げて下さい。②
※容器を逆さまにして振っても薬液は出ません。
- 使った後はキャップをしっかり閉め、容器を立てた状態で保管して下さい。



注意

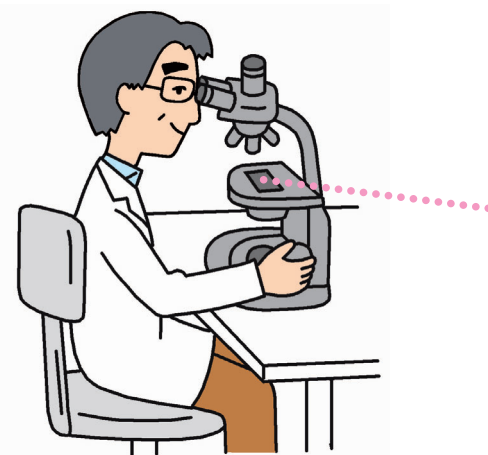
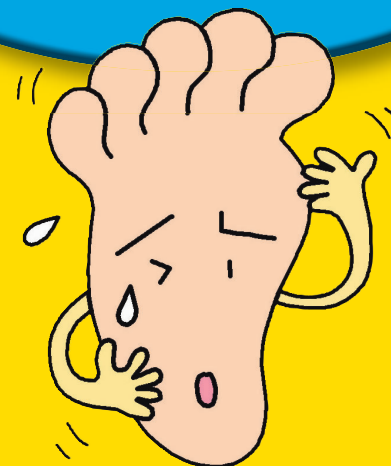
- 薬液が布に付くと着色・変色したり、合成繊維を溶かしたりすることがあります。
- 薬液がフローリングに付くと塗装が剥げることがあります。
※このため古新聞などを敷いた上で塗るとよいでしょう。
(布団の上で塗るのはやめましょう。)
※塗った後は、薬液が十分乾くまで待ってから歩いたり、靴下などを履くようにして下さい。

★分からないことがございましたら、医師または薬剤師にご相談下さい。

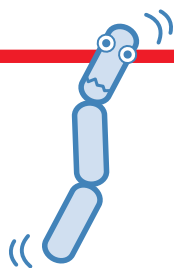
医療機関名

5人に1人は

水虫!?



水虫のことを もっと知って、 みんなで治しましょう!



日本人の水虫患者総数は約2,500万人!
なんと5人に1人が水虫にかかっているといわれて
います。

[日本皮膚科学会雑誌 111(14): p.2101-2112, 2001]

① 水虫ってなあに?

② 皮膚の構造

③ 水虫菌はどこに 棲んでいるの?

④ 再増殖と再感染の くりかえし

⑤ 薬の効果的な 塗り方

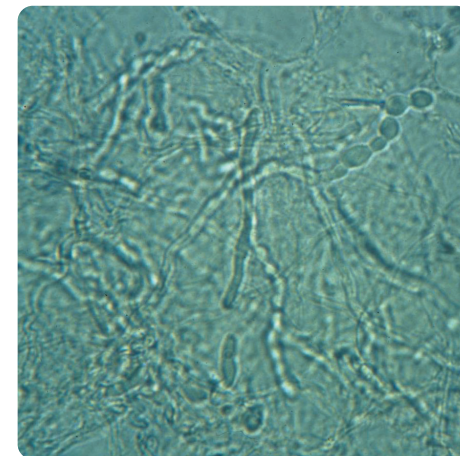
① 水虫ってなあに?

そもそも「水虫」とは何でしょう?
水虫は「表在性皮膚真菌症」の一種
で、狭い意味では足白癬、いわゆる
足にできる水虫のことを指します。
広い意味では足以外の場所にでき
る水虫も含まれます。



それでは「表在性皮膚真菌症」の「真菌」とは何でしょう?

「真菌」とはカビや酵母、キノコを意味する医学用語です。真菌は地球上のあらゆるところで生きており、私たちの身近な生活にも深く関わっています。真菌は、キノコのようにそれ自体が食品になったり、パンや酒などの発酵・醸造に関わったり、医薬品の材料を作ったりするなどの良い面が多々あります。しかし、一部の真菌は、食品を腐らせたり、動物や植物の病気の原因になったりすることがあります。特に近年、真菌による病気が増加しており、これらの予防・治療の対策が問題となっています。



顕微鏡で見た白癬菌

① 水虫ってなあに？

《様々な「水虫(足白癬)」の例》

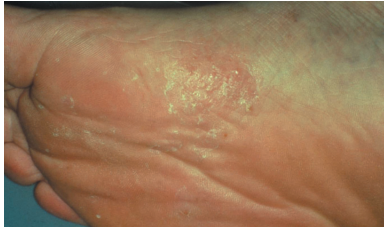
し かんがたあしはくせん
趾間型足白癬



足の指の間にできる水虫
指の間の皮がめくれたりジュクジュクしたりするものが多いが、乾燥型もある



しょうすいほうがたあしはくせん
小水疱型足白癬



足の裏や縁にできる水虫
小さな水ぶくれ(水疱)が特徴

かくしつそうしょくがたあしはくせん
角質増殖型足白癬



皮膚が厚くなり、乾燥して
ひび割れることがある

《水虫ソックリだけど実は水虫ではない例》

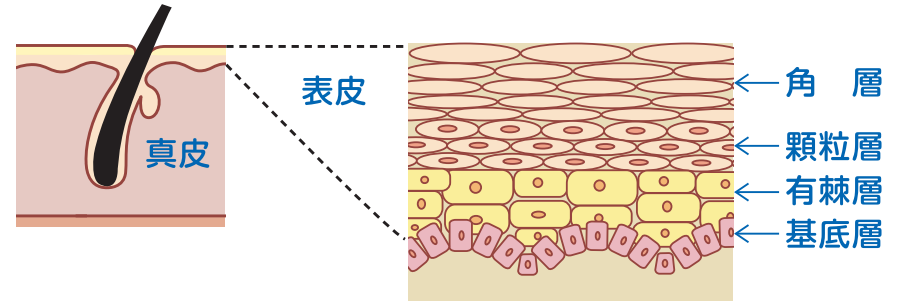
かいせん
疥癬(ダニ)



しょうせきのうほうしょう
掌蹠膿疱症



② 皮膚の構造



上の図は皮膚の断面図です。外側から表皮、真皮となり、さらに表皮を拡大してみると、外側から角層(角質層)、顆粒層、有棘層、基底層となっています。

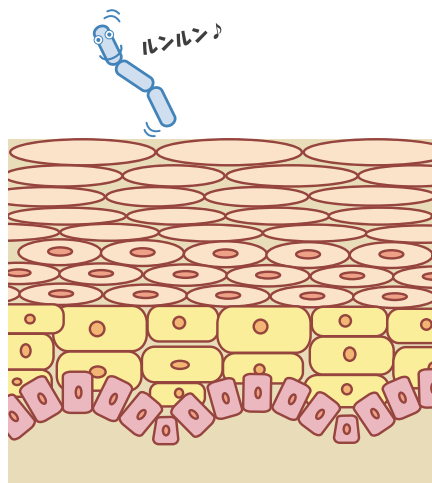
表皮の一番上にある角層は、角層(角質)細胞と呼ばれる平べったい「死んだ細胞」がレンガ壁のように積み重なっています。角層細胞は、最終的には垢となって肌表面から剥がれ落ちていきます。これが皮膚の「新陳代謝」や「ターンオーバー」と呼ばれるものです。

×モ

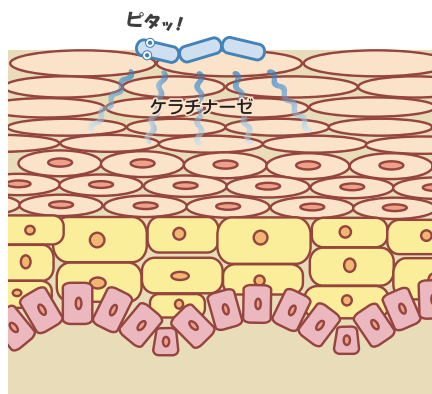
③ 水虫菌はどこに棲んでい るの？

水虫の原因となる水虫菌*は、普段は表皮の中の角層に棲んでいます。水虫菌は角層細胞の主成分である「ケラチン」というたんぱく質が大好きです。

※医学的には「白癬菌」ほくせんきんですが、ここでは分かりやすいように「水虫菌」と呼ぶことにします。

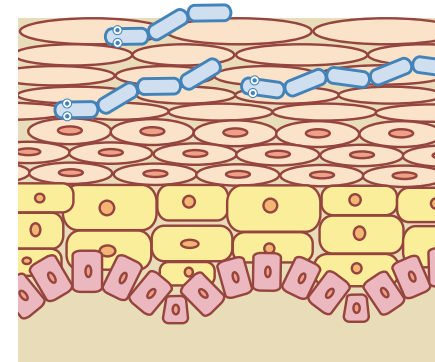


水虫菌は皮膚にくっつくと、「ケラチナーゼ」というたんぱく質を分解する酵素を出して角層細胞を溶かし、大好物のケラチンを栄養源にすることで増えていきます。



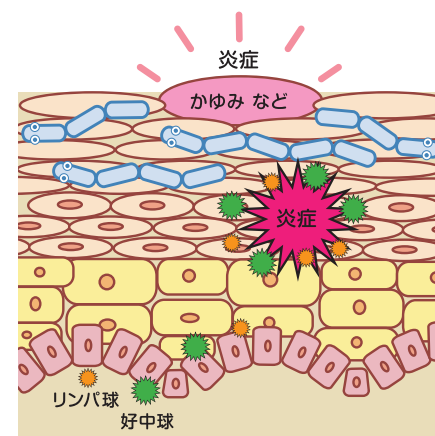
角層は「死んだ細胞」の集まりであるため、ここだけで水虫菌が増えている間は特に何の反応もなく、症状もほとんどありません。

しかし、水虫菌が増えながらどんどん角層の下まで進んでいくと、やがて顆粒層などの「生きた細胞」と接触します。



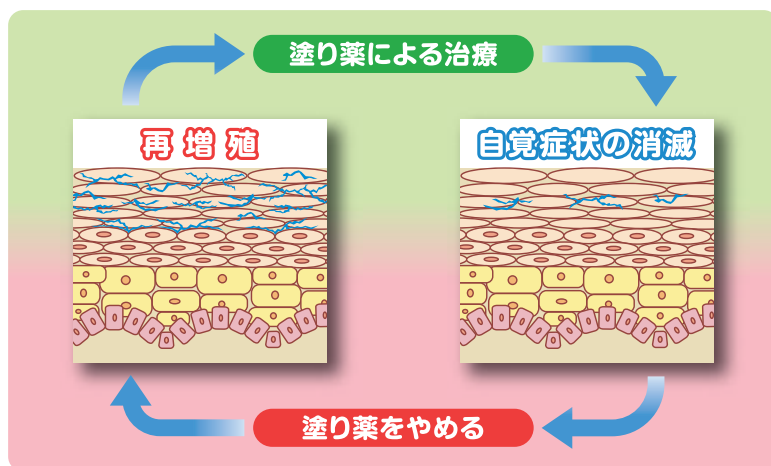
「生きた細胞」では有害物質(水虫菌)を感知すると、これを排除するための「免疫」という反応が起きます。「生きた細胞」から「水虫菌が来たぞ!」という情報が発信されると、好中球(白血球)やリンパ球など免疫に関係する細胞が表皮に集まり、水虫菌を排除するために様々な化学物質を放出します。

その結果、炎症が起こり、「かゆみ」「水ぶくれ」などの症状が現れるのです。



④ 再増殖と再感染のくりかえし

患者さんの多くは、塗り薬で治療している途中で、かゆみなどの自覚症状がなくなると薬を塗るのをやめてしまいます。しかし、先にも触れましたが、水虫菌が角層だけに留まっている状態の時は、特に症状がありません。治ったと思っていても、実はまだ角層には水虫菌が残っていることが多いのです。やがて時間が経つとまたジワジワと水虫菌が増え、角層の下にまで進むと免疫反応が起こるので、再び症状が現れます。これではいつまでたっても水虫は治りません。これが再増殖です。



治療をしていない水虫の患者さんからは、常に水虫菌を含んだ角層細胞が垢となってバラ撒かれています。このため、同居している家族の中に1人でも水虫の人がいると、折角治療しても家中にバラ撒かれた菌でまた感染してしまいます。これが再感染です。

このように家庭内で菌のやり取りをすることがありますので、家族ぐるみで治療・予防することが大切です。

⑤ 薬の効果的な塗り方

塗る時間はお風呂上りが効果的！
入浴後は皮膚が清潔で、角層が柔らかくなっているため、薬が浸透しやすくなっています。



注意

よりキレイにしようと、皮膚をゴシゴシ洗う人がいますが、洗いすぎは皮膚を傷つけてしまい、そこから水虫菌が角層に入りやすくなるので逆効果です。優しく洗い、水気を拭いてから薬を塗るようにしましょう。

水虫は、たまたま今赤くなっているところがかゆいだけで、実は今見えている患部よりずっと広いところにも水虫菌が潜んでいます。ですから、今かゆいところだけを治しても、しばらくするとその周辺に症状が出てきます。このため、かゆみなどの自覚症状があるところだけでなく、自覚症状が無いところまで広く塗って下さい。



たとえば「趾間型足白癬」といって足の指の間にできるタイプの水虫。ちょうどこの赤い丸のある部分の皮がめくれてムズムズする、なんて時。この赤い部分にだけ薬を塗っていませんか？

⑤ 薬の効果的な塗り方

この場合、患部の足の指の間だけでなく、全ての足の指の間、そして全ての足の指や付け根の周辺にも広く塗るようにしましょう。

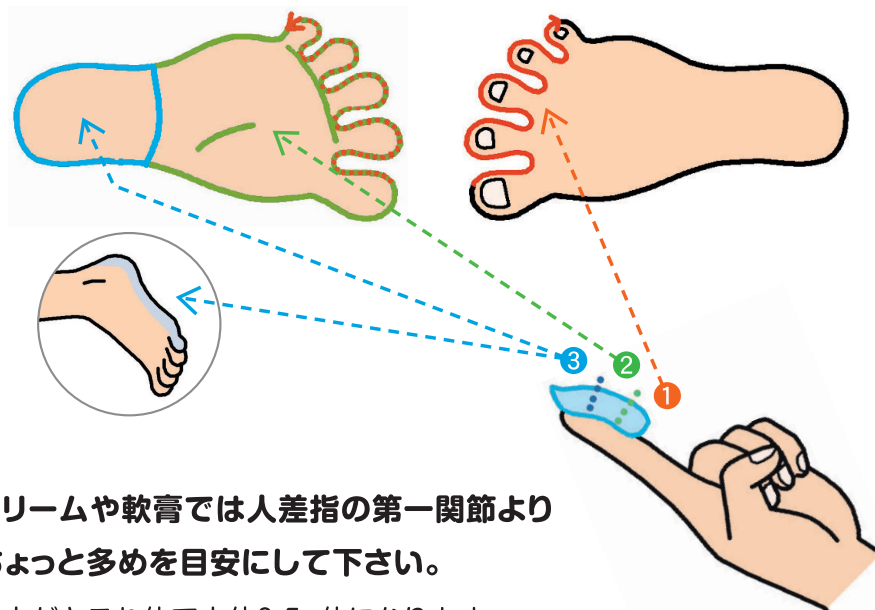
でも、ここでちょっと考えて見ましょう。

水虫は大抵、床などの環境中に散らばっている水虫菌を素足で踏むことによって感染します。つまり地面に接する部分全体が、既に菌に触れている可能性が非常に高いのです。ですから、より確実に治したいのであれば他の部分、かかとや土踏まずなどにも塗る方がいいのです。この時、足の裏の側縁部分も忘れずに塗りましょう。



さらに、人間は二足歩行の生き物ですので、片方の足だけが菌を踏んでいるとは限りません。今は何の症状もなくとも、もう片方の足の裏全体にも同じように薬を塗りましょう。

ところで、1回にどのくらいの量を塗ればいいのでしょうか？



クリームや軟膏では人差指の第一関節よりちょっと多めを目安にして下さい。

大人だとこれ位で大体0.5g位になります。

- ① その1/3の量で全て指の間
- ② 次の1/3の量で全ての足の指+足の裏上半分
- ③ 残り1/3の量で足の裏下半分+かかと・側縁を塗ることができます。

この時、1ヵ所にたっぷりつけるのではなく、薄く、かつ優しく広げるように塗って下さい。すり込むように塗ると、刺激になることがあるので注意しましょう。

そして反対側も同様に塗りますと、両足で約1g使うこととなります。10gチューブ入に入った薬の場合、大体10日前後で使い切るのが目安になります。