



この小冊子では主に、全く痒みのない角質増殖型足白癬についてお話してきました。このタイプの水虫は自覚症状がないため放置されがちですが、一人でも多くの方に角質増殖型足白癬という病気のことを知っていただき、積極的に治療していただきたいと思います。

病医院名

# これって、 水虫だったの？

かくしつ ぞうしょくがた あし はく せん  
— 全く痒みのない角質増殖型足白癬 —



監修：望月 隆 先生（金沢医科大学 名誉教授）  
写真提供：笠井 達也 博士

# C O N T E N T S

①知っているようで知らない水虫の話 .....	3
②水虫（足白癬）にもタイプがあります .....	5
③角質増殖型足白癬は内服療法が適しています .....	9
水虫を完治させるためのアドバイス .....	11



私がきれいな足を取り戻すことになったきっかけは、  
皮膚科で見た一枚のポスターでした。  
「あら、これって私の足にそっくり。もしかして、私の足も水虫?」、  
そう思ったらなんだか心配になって…。  
ゴワゴワした汚い足の裏をみせるのは恥ずかしかったのですが、  
先生に診ていただくことにしました。



(わたし)

私の足は**水虫**なのでしょうか。

(先生)

う〜ん、怪しいですね。検査してみましょう。

おや、足の爪はいつからこんなに**厚く**なっていますか。

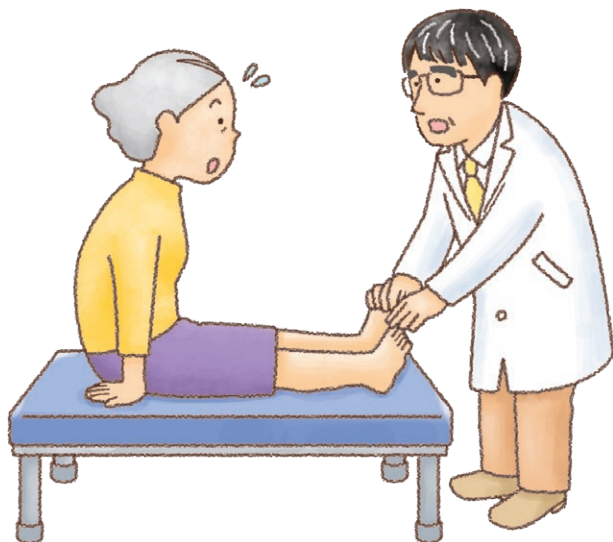
(わたし)

爪ですか。これは**年齢**のせいではないのですか。

(先生)

爪も水虫のようですね。

**皮膚**と一緒に**爪**も調べてみましょう。



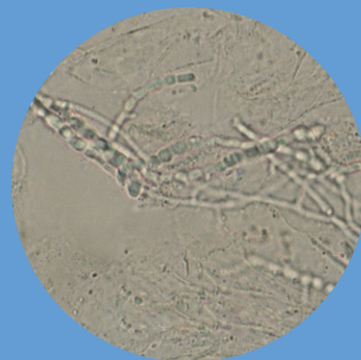
## 知っているようで知らない 水虫の話

### ■水虫は皮膚にカビが寄生することで起こる感染症

足の水虫と呼ばれているものは、医学的には足白癬(あしはくせん)と言います。足白癬は白癬菌(はくせんきん)というカビの仲間が足の皮膚に寄生して起こる感染症です。爪に寄生すれば爪白癬(爪の水虫)となります。日本で行われた調査では、皮膚科を受診した日本人の5人に1人が足白癬、10人に1人が爪白癬にかかっている可能性があると分かりました。身近な感染症だといえます。

### ■白癬の診断

白癬かどうかを診断するためには、ピンセットやメスで疑わしい場所のむけた皮(鱗屑)を掻き取ったり、爪の一部を削って、そのなかに白癬菌がいるかどうか、顕微鏡を使って調べます。



白癬菌の顕微鏡像

## 水虫(足白癬)にも タイプがあります

足白癬には趾間型、小水疱型、角質増殖型の3つのタイプがあります。趾間型と小水疱型に同時にかかることもあります。角質増殖型に小水疱がみられることはありません。

### 趾間型(しかんがた)

足の趾の間(ゆひ)(趾間)の角質(かわ)が白くふやけたり、むけたり、赤くただれてジメジメして強い痒みがあります。



### 小水疱型(しょうすいほうがた)

足の裏や側面、趾の腹などに小さな水ぶくれ(小水疱)ができてまわりが赤くなります。小水疱ができたときには強い痒みがあります。



### 角質増殖型(かくしつぞうしょうがた)

左右の足の裏全体がカサカサして厚く硬くなり、ボロボロと皮がむけたり、踵がひび割れてアカギレのようになることもあります。痒みはありません。



## ■角質増殖型足白癬4つのポイント

### Point 1

#### 冬に悪化する

趾間型や小水疱型は、夏場に症状が出るのが普通ですが、角質増殖型足白癬は年中ガサガサしており、乾燥してくる冬にはさらに悪化します。冬には足の裏のゴワゴワやガサガサが目立つようになります。軽石の使用や健康サンダルの使用でかえって悪化します。ひどくなるとかかとにひび割れやアカギレを起こし、痛みを伴います。



踵から土踏まずにかけて認められる  
角質増殖型足白癬

### Point 2

#### 年齢のせいと思われて、 放置されているケースが多い

一般に、水虫は痒くてジクジクしたものというイメージがあるため、全く痒みのない角質増殖型足白癬があっても、それが水虫とは気づかず、年齢のせいと足が荒れるようになったのだらうと、そのままにしている方がほとんどです。



### Point 3

#### いきなり角質増殖型足白癬にかかることはない

角質増殖型足白癬の多くは、趾間型足白癬や小水疱型足白癬を放置したまま、合わない靴や健康サンダルでこすれているうちに、何年もかかってしだいにこの型に変わってくるのです。

### Point 4

#### 爪白癬を合併していることが多い

爪白癬は、足の皮膚に寄生している白癬菌が徐々に爪のなかに入り込んだために起こる爪の白癬ですが、角質増殖型足白癬は白癬になってからの期間が長い方が多いため、爪白癬を合併する頻度が高いのです。また、手に角質増殖型の白癬を合併している方もいます。



角質増殖型足白癬に合併した爪白癬



角質増殖型足白癬に合併した手白癬



### Point 5

#### 足から爪へ、爪からまた足にうつる水虫の悪循環

水虫の多くは白癬菌が趾<sup>ゆび</sup>の間や足の裏に付着することによってはじまります。趾間型足白癬や小水疱型足白癬を放置したままにしたり、中途半端な治療によって再発や再感染を繰り返しているうちに、角質増殖型足白癬になります。

足白癬にかかった足からは絶えず白癬菌がばらまかれていますので、爪白癬や手白癬などを引き起こしたり、家族やまわりの人にも白癬をうつす可能性があります。家族への感染を防ぐ一番有効な手段は、治療が効きやすい軽症のうちに足白癬をきちんと治療することです。

### Point 6

#### 小児の足白癬はほぼ100%家族内感染！

大人から大人にうつしてしまうことはもちろん、大人から小さい子どもにうつしてしまうことも珍しくありません。

小さい子どもの足白癬はほぼ100%家族内感染で、両親、あるいは祖父母からうつったケースがほとんどです。



6歳女兒に認められた足白癬。  
感染源は親。



## 角質増殖型足白癬は 内服療法が適しています

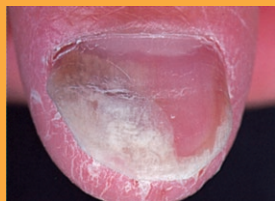
### ■角質増殖型足白癬の治療

趾間型や小水疱型足白癬であれば、外用薬(塗り薬)で治療することができるのですが、角質増殖型足白癬の場合、足の皮膚が厚くなっているため、外側から薬を塗っても薬の効果が角質層の深いところにいる白癬菌にまで行き渡りません。そこで、内服薬(飲み薬)を使って内側から治療することが一般的です。多くの方では1日1回1錠を2カ月ぐらい飲み続けると良い効果が認められます。また、外用剤を併用する場合もあります。



### Q 爪の水虫も一緒に治るのでしょうか。

A 爪の水虫(爪白癬)も角質増殖型足白癬も同じ飲み薬で治ります。爪の場合には新しい爪が生えてくるまで治療を続けます。爪の伸びる速度や使用する薬にもよりますが、角質増殖型足白癬の治療よりもう少し長い期間、少なくとも3~6カ月程度は薬を飲んでもらう必要があります。もし、それでも治らない場合は内服薬を変更する、他の爪の病気を考えるなど、治療に工夫が必要になります。



角質増殖型足白癬に合併した爪白癬

### Q 飲み薬だと副作用の心配はありませんか。

A 念のため、薬を飲む前、また飲んでいる間にも一般臨床検査(血液検査)などを行って副作用のチェックをします。もし副作用が出た場合は、服用を中止したり、ほかの薬に変更するなどして対処します。また心配な症状が出れば自己判断せずに、すぐにご相談ください。

### Q 血圧とコレステロールを下げる薬を飲んでいるのですが、飲み合わせはだいじょうぶでしょうか。

A 薬の飲み合わせについては、医師が相談のうえ判断しますので、現在ご自分がどんな薬を飲んでいるか、必ず皮膚科医にお知らせください。何か気になること、心配なことがあったら、どんなことでも医師に相談してください。



# 水虫を完治させるための アドバイス

## ■家族全員で治療しましょう。

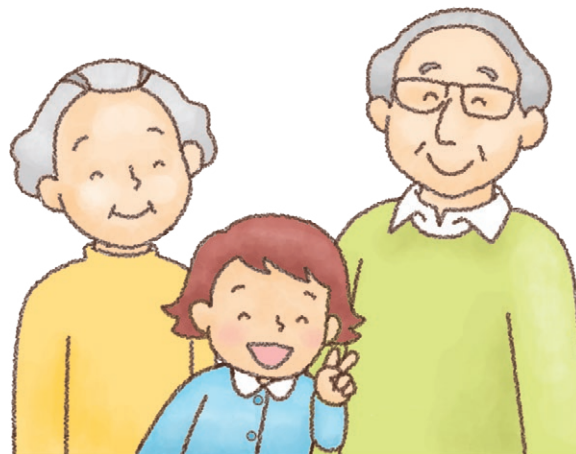
家族のなかであなた以外にも白癬にかかっている方がいれば、その方からも白癬菌がばらまかれています。その方も一緒に治療しない限り、あなた一人だけが治療しても、再発や再感染の恐れがあります。ぜひ、家族全員で治療しましょう。

### 日常生活で気をつけること

- 足を<sup>ゆび</sup>趾の間まで念入りに洗い、洗ったあとは乾燥させましょう
- バスマットやスリッパの共用は避けましょう
- 床、畳、じゅうたんはこまめに掃除しましょう
- 合わない靴や健康サンダルの使用を避けましょう

## ■薬は医師の指示通り、 根気よくきちんと治療しましょう。

水虫を治すうえで一番必要なことは、根気よく治療を続けることです。水虫は1週間や10日位薬を使ったからといって治るわけではありません。治療をはじめてすぐには効果が認められませんので、そこで効き目がないからと中断することのないようにしたいものです。また、痒くないから、もう治ったなどと、自己判断で治療を中断して再発することも多い病気です。



# MEMO

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....