

夏は足元のトラブルにご注意！

サンダルを履く機会が増える夏は、足元のトラブルが気になる季節。「皮がむけている」「かゆい」といった症状に悩む人も多いのではないのでしょうか。今回は、水虫や巻き爪などの症状について教えていただきました。

美容初心者
やっちゃん
取材！



編集部：やっちゃん

お肌の相談室

vol.12

「肌のかかりつけ医」SAORI先生が
皮膚科領域のあらゆる悩みに答えます。
やっちゃんと一緒にお肌について学びましょう。

Beauty Doctor



教えてくれるのは

三番町SAORI皮膚科

院長

宮脇さおり先生

日本皮膚科学会皮膚科専門医。男女年齢問わず、患者のあらゆるニーズに応える努力を続ける。愛犬レオ君にメモメロ。



レオ君

Q3 水虫を予防するために大切なことは？

A. 温泉やスポーツジムから帰宅後はまず足を洗いましょう

水虫は白癬菌の感染により発症する病気。ですから、不特定多数の人が利用する温泉、スポーツジムなどの足拭きマットやスリッパは要注意。ただし、菌が付着してもすぐに感染するわけではありません。帰宅後に足をきれいに洗い流すことで、感染を防ぐことが可能です。家族間でうつりますから、浴室の足拭きマットとスリッパはこまめに洗浄するなど清潔に保ち、感染している人とは使用するものを分けた方がよいと思います。

Q4 親指が巻き爪で痛みがあります。どうしたらいいですか？

A. 歩き方や爪の切り方など、普段の生活に原因が隠れているかも

巻き爪や陥入爪は、日常生活の影響で起こることが多い症状です。爪の切りすぎや、親指に力が入っていないなど歩き方の癖、靴が合っていないことも原因となります。痛みがある場合は無理に爪を切らず、皮膚科で適切な治療やケアを受けましょう。靴選びや歩き方を見直すことも予防につながります。

SAORI先生のワンポイントアドバイス /

汗をかきやすい子どもの足は「靴下」で蒸れ対策を

「子どもの足の皮がむけているのですが、水虫でしょうか？」と相談に来られる親御さんがいらっしゃいますが、汗による蒸れが原因の場合が多いです。裸足で靴を履くと余計に蒸れてしまいますので、汗をしっかり吸収する靴下を着用するのがおすすめです。靴下はこまめに取り替え、清潔で乾いた状態を維持してあげましょう。



三番町 SAORI 皮膚科

医療法人
三番町SAORI皮膚科
☎089-997-7012
松山市三番町1-7-4 VTビル1F

インターネット予約受付も！

診察時間	月	火	水	木	金	土	日
11:00~14:00	休	○	○	○	○	○	休
16:00~20:00	休	○	○	○	○	○	休

※受付は診療時間終了30分前まで

※予約外の受付終了時間は12:30、18:30



Instagram

予約状況や
美容に関する
情報を配信中



HP

スタッフ募集中！
過去の記事も
掲載しています

Q1 水虫ってどんな病気ですか？

A. 水虫は「カビ」が原因の感染症です

水虫は、白癬菌(はくせんきん)というカビが皮膚に感染して起こる病気です。水虫には、指の間にできる趾間型、土踏まずに水ぶくれができる小水疱型、かかとの皮膚が厚くなりひび割れてしまう角化型の3つのタイプがあります。高温多湿を好むため、汗をかきやすい夏は特に注意が必要です。

Q2 足の皮がむけていて、かゆみもあります。これって水虫でしょうか？

A. 自己判断せず、まずは皮膚科専門医に相談を

皮がむけているからといって、必ずしも水虫とは限りません。汗疱・接触皮膚炎・掌蹠膿疱症等の、水虫によく似た症状が出る皮膚疾患もあります。見た目だけでは区別ができないため、皮膚科では症状の出ている皮膚を少し採取して顕微鏡で白癬菌がいるかを確認します。自己判断で市販薬を使うと、かえってかぶれてしまうこともあるため、まずは皮膚科で適切な診断を受けましょう。



今日の
まとめ



自己判断NG! まずは皮膚科へ

汗をかきやすいこの時期、「これって水虫？」と不安な方も多いのでは？ 自己判断での市販薬はかえって症状が悪化することもある...不安解消のためにもまずは皮膚科を受診することが大切ですね！

ひふかのつづき

美容情報やクリニックからのピックアップをお届け

みんなで院長をお祝い！

6月30日は院長のお誕生日でした。スタッフみんなで手巻きキンパ&ブルーノパーティーでお祝いました。スタッフ同士の仲の良さが自慢の当院。これからもチームワークを大切に笑顔でみなさまをお迎えします。



レオ君

PR