



## 水虫＝白癬症

水虫という名前の由来は、田んぼ(水の中)で作業している人に足に水虫が見られ、水の中の虫に刺されたため考えられていた。



# 水虫＝白癬症

- 水虫の原因は、「白癬菌(はくせんきん)」の感染です
- 足にできたものは「足白癬」です
- 足白癬は、日本人の約2割、50～60歳代では約3割の人にみられます
- やや男性に多いとされています

# 白癬菌

- 白癬菌は、床やバスマット、スリッパなどさまざまなおところに存在しています
- 日常生活の中で白癬菌は、避けられません
- 足に付いたからといって、必ず感染するというものではありません



# 白癬菌の侵入

足の裏の皮膚にくっついた白癬菌

12から48時間で角質を溶かして中に入っていく

かゆみ

炎症

角質

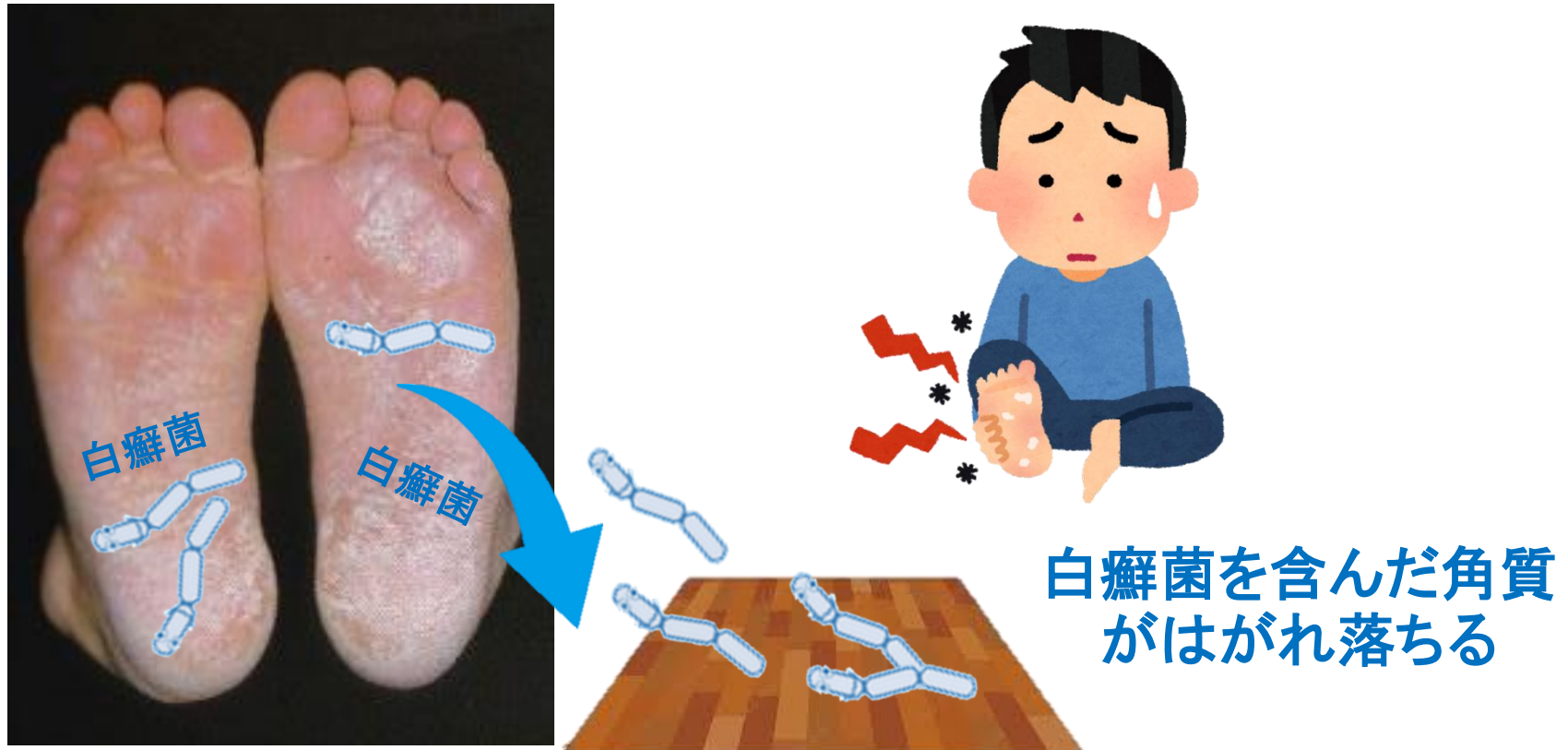
表皮

角質を栄養として  
住み着く



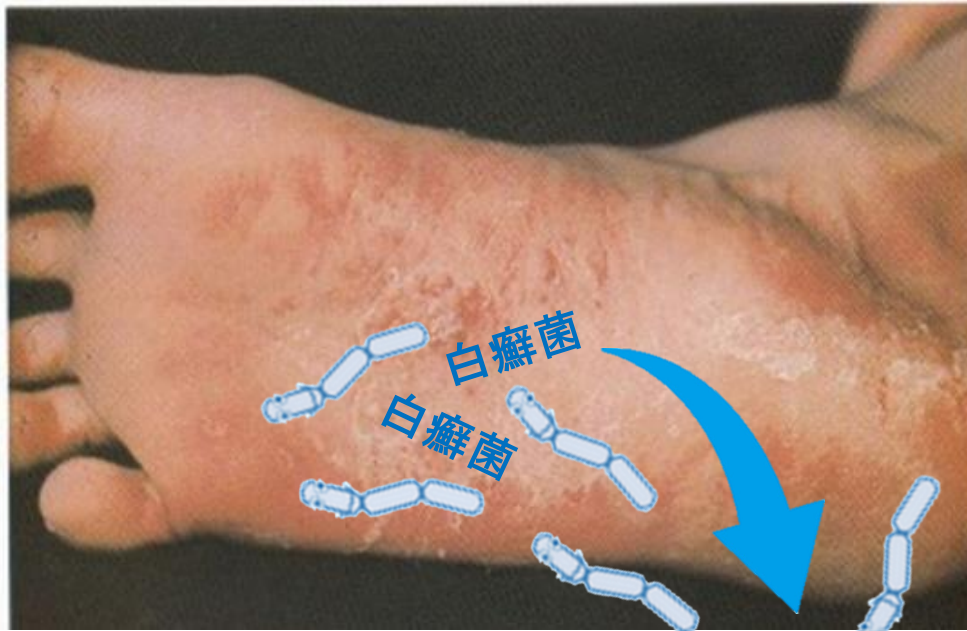
# 足白癬のタイプ 角化型

足全体が白く、皮膚が厚くなりひび割れる



# 足白癬のタイプ 小水疱型

足の裏や側面に小さな水疱ができ、日がたつと赤くなって皮がむけてくる  
皮膚が破れると、かゆみが強くなる

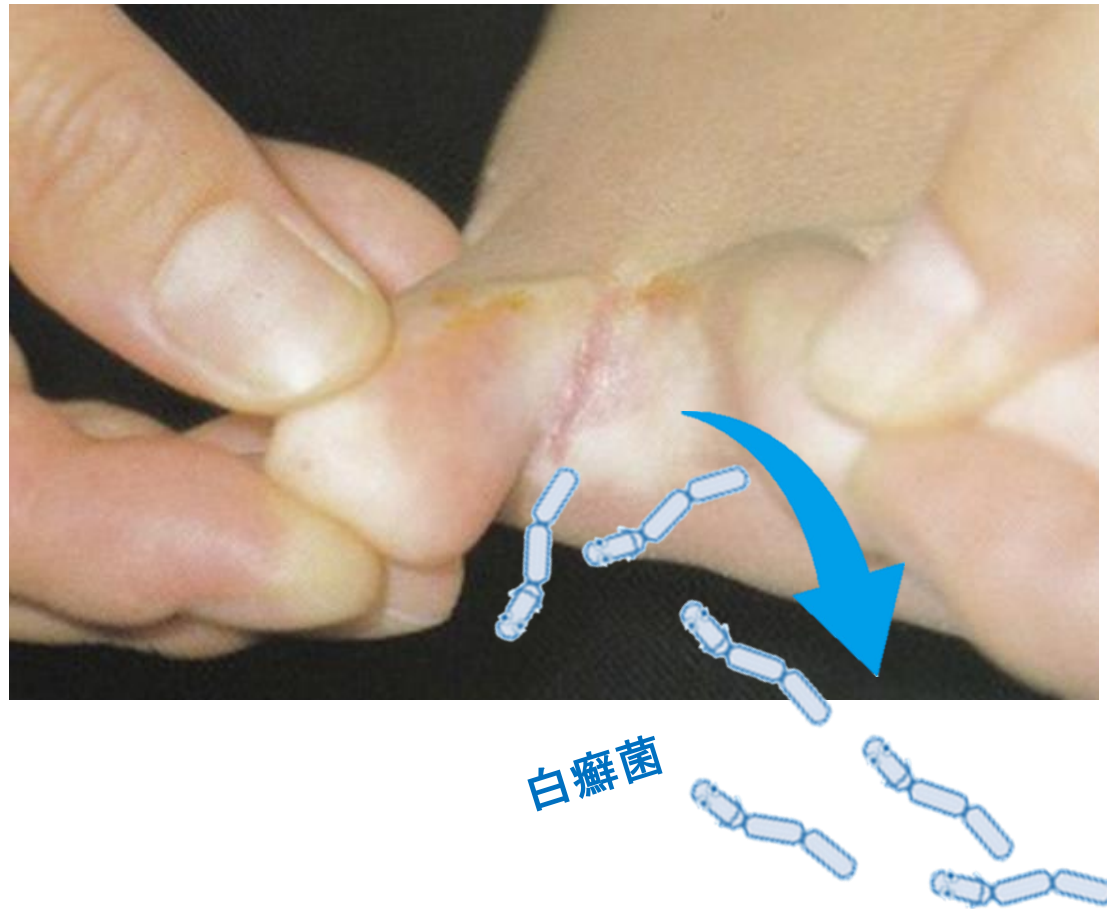


白癬菌を含んだ皮膚の皮(角質)がはがれ落ちる



# 足白癬のタイプ 趾間型

足の指の間が白くふやけたり、皮がむけたりします  
かゆみがあります



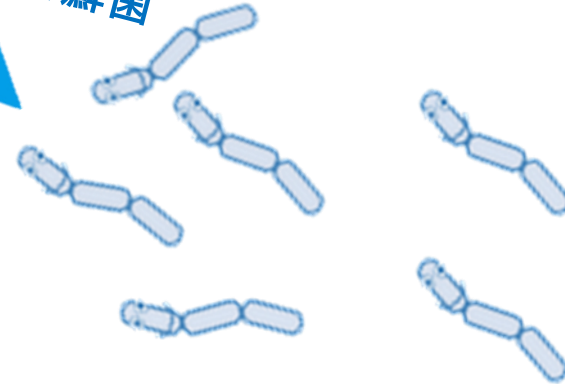
# 足白癬のタイプ 爪白癬

足の爪が白色や褐色ににごり、分厚く、もろくなります



爪の中に白癬菌が住んでいます

白癬菌



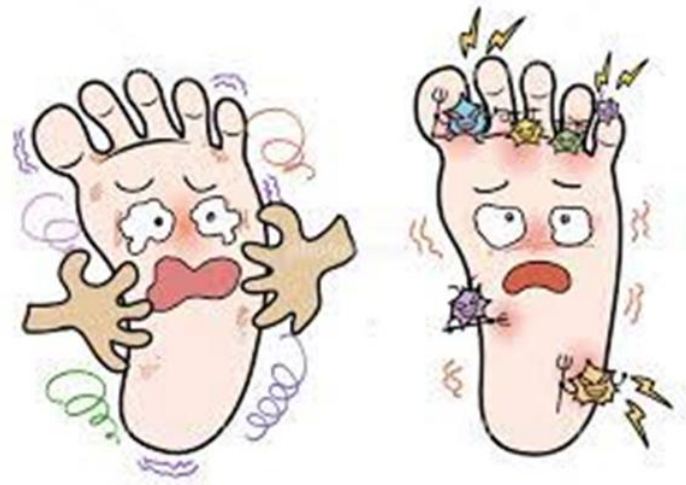


# 足白癬の治療

- 足白癬の治療はまず抗真菌薬の塗り薬です。  
数か月根気よく塗り続けることが大切です
- 爪白癬については爪の中まで有効成分が届きにくいいため飲み薬が第一選択となります。  
12週間(3か月)服用します

# 白癬菌の性質

- 白癬菌は、汚れた環境を好みます
- また温度 $15^{\circ}\text{C}$ 以上、湿度70%以上になると、暴れだすといわれています
- 春先から夏にかけて、高温で、ジメジメしてくるとどんどん増殖します



# 白癬症（水虫）対策

- 皮膚についた白癬菌を除去することが重要です。
- 白癬菌が皮膚の中に侵入する12時間～48時間以内に対処しましょう。
- 具体的には、足を洗う、または、乾いたタオルで拭うだけでほとんどの菌が落ちます。



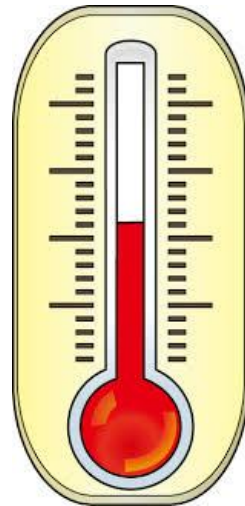
# 白癬症（水虫）対策

- 長い時間靴を履き続けられないようにするなど、足を蒸らさないようにすることが重要です。
- 足のゆびの間にガーゼを挟み湿度を下げる工夫を行うと良いでしょう。



# 洗濯の仕方

- 水虫の人のはいた靴下を
- 40度で洗濯 → 36% 白癬菌が残っている
- 60度で洗濯 → 1秒間でほぼ死滅する



60度

# 水虫対策

- 清潔と乾燥が予防の基本
- 帰宅したらすぐに足を洗う
- 通気性の悪い靴・靴下を避ける
- 靴下を毎日履きかえる
- 部屋をこまめに掃除する
- 足拭きマットは注意
- 共同で使う施設では素足を避ける

白癬菌は髪の毛やホコリ・アカなどと一緒だと1年以上生き続ける