

「地域のかかりつけ医 まるき内科クリニック」

## “薬師かわら版”

〒989-5625 栗原市志波姫堀口十文字1-1 TEL0228-24-8073 発行者 院長 鈴木 慎二



## 待合室



待合室コーナーは、糖尿病の予防や改善に向けた情報をお伝えします。

自分の足をよくみていますか？

～足・爪白癬（水虫）について～

普段から自分の足をよくみていますか？

特に糖尿病の患者さんの、足のトラブルは化膿しやすいため、予防・早期発見が大切です。足のトラブルは様々ありますが、今回は足水虫・爪水虫についてお話します。

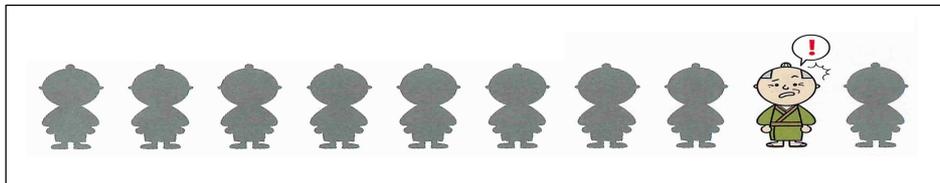
足の水虫は足の裏に小さな水ぶくれができるタイプ、足の指の間の皮がむけたり、白くふやけるタイプ、ヒビやアカギレのように足の裏全体が硬くなるタイプがあります。

そのままにすると、傷口から菌が侵入し、感染を合併することがあるのです。水虫が爪まで広がったものを爪水虫といいます。

爪が白～黄色に濁って厚くなったり、爪がボロボロになります。水虫は真菌(カビ)による感染症です。



日本人の5人に1人が足の水虫、10人に1人が爪の水虫にかかっている可能性がある



足水虫と爪水虫は、一緒に治療することが大切です！！

足の水虫歴が長い人ほど、爪水虫にもかかっていることが多いものです。水虫の菌は足→爪へ爪→足へとうつります。水虫は放置すると大切な家族にもうつしてしまうことがある病気です。爪が変形して痛みがでたり、歩きにくくなったりするのでそうなる前に医師に相談し治療を始めることが大切です。

時間がかかりますが、足・爪水虫を一緒に治療して完治を目指しましょう！



## \* 日常で気を付けること \*

◎足は毎日きれいに洗い、乾燥させましょう。

足の裏、指の間を丁寧に洗い、清潔なタオルでよく拭きましょう。軽石は水虫菌の繁殖や傷がつく原因になるため使用しないでください。

◎家族にうつさないために、室内も清潔に。

足ふきマットやスリッパ、サンダルの共用は避けます。水虫菌は切った爪、はがれた皮膚の中でも生き続けるのでこまめに掃除をしましょう。

\* 洗濯は別々にする必要はありません。

## 掲 示 板

4月の診療時間変更のお知らせ

●4月28日(水) 受付 11時30分まで  
ご迷惑おかけしますが、よろしくお願いいたします。

