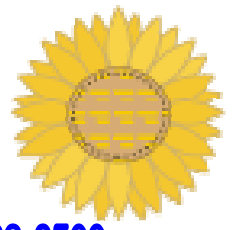


ひまわり薬局 ニュース



2014年10月号 No.30 鶴岡ひまわり薬局 鶴岡市日枝字海老島161-2 TEL 0235-28-3500

水虫

水虫は、カビの一種である白癬菌（はくせんきん）が、皮膚の角質層に寄生することによって起こる皮膚の病気です。白癬菌は手や体にも感染しますが、9割近くは足です。足に繁殖しやすいのは、靴を履くために足がむれ、菌にとって過ごしやすい高温多湿な環境を作るからです。

水虫の種類

●足の水虫（足白癬）

・ 趾間型：足の指の間（特に中指と薬指の間）によく見られるものです。赤くジクジクになって皮がむけたり、白くふやけてぶよぶよになったりします。

・ 小水疱型：かゆみが強いのが特徴。足の裏の土踏ますあたりやふちに小さな水疱ができ、日がたつと赤くなって皮膚がむけてきます。

・ 角質増殖型：足の裏やかかとかサカサと乾燥、角質が厚く硬くなり、皮膚がむけ、ひび割れを伴うのが特徴です。



●爪の水虫（爪白癬）：爪全体が白っぽくなり、表面に縦ジワができることもあります。

●その他：手の水虫（手白癬）、ぜにたむし（体部白癬）、いんきんたむし（頑癬）、しらくも（頭部白癬）

予防するには？

水虫を予防するためには、原因である白癬菌が好むジメジメした環境を作らないことが大切です。日々のケアで足まわりを清潔に保ちましょう。

ポイント① 足の高温・多湿を避ける…靴、靴下は通気性の良いものを選び、毎日履き替える。

ポイント② 足は毎日洗う…1日1回、普通の石鹸で、ていねいに洗い、しっかり拭く。

治療は？

多くの場合は、塗り薬を使用します（症状によっては飲み薬を服用することがあります）。塗り薬はしっかり塗ることが重要で、とくに以下のポイントを注意してください。

ポイント① 広めに塗る…菌は目に見える患部以外にもいるので、広めに塗りましょう。

ポイント② 入浴後に塗ると効果的…毎日塗ることが大事です。

ポイント③ 症状がなくなっても最低2ヵ月は根気よく塗る…症状は約1ヵ月で軽快しますが、皮膚が生まれ変わり、菌がいなくなるにはそれ以上かかるので、根気よく治療を続けましょう。



治るまで数ヶ月から数年かかることもあります。治療には「根気」「清潔」「乾燥」が大切です。

調剤薬局を上手く利用するポイント5カ条



① お薬手帳は薬局との交換日記

★お薬手帳はあなたのお薬の情報を記録しておく『お薬の日記帳』です★

- 飲んだ時の体調や、次回先生に聞きたいことなど気になることをメモしてみましょう。

② あなたの情報

★積極的にあなたの情報を伝える事であなた自身を守ることにつながります★

- 他に飲んでいるお薬や健康食品、市販のお薬はありませんか？
- アレルギーはありませんか？

③ 薬剤師に相談

★どんな些細なことでも相談してみましょう★

- 毎日お薬を飲んでいて気になることはありませんか？
- お薬のうっかり飲み忘れはありませんか？
- 飲みづらいお薬はありませんか？
- お薬が余ったりしていませんか？

④ 今日の処方されたお薬を薬剤師と一緒に確認

★あなたの健康を守るための大切なお薬です★

- 今日の処方されたお薬の用量、処方日数などはこれでよろしいですか？

⑤ あなたのお薬のアドバイザー - 『かかりつけ薬剤師』

★鶴岡ひまわり薬局にはお薬のプロである薬剤師がたくさんいます★

- お薬や病気・健康管理について相談してみませんか？



有限会社ファルマやまがた

鶴岡ひまわり薬局



山形県鶴岡市日枝字海老島 161 番地の2 TEL: 0235-28-3500