こもれびTimes 水虫　6月号

水虫の原因となる白癬菌は高温多湿を好むため、夏になると菌の活動が活発になります。今回は「水虫」について紹介します。

概要

世間で言われる「みずむし」は、足にできるいろいろな病気を含んでいます。足の“みずむし”の 3 分の 2 は、人の皮膚の角質を栄養として生きるカビ（真菌）の感染症です。これは白癬はくせん菌と呼ばれる菌が原因になっているため、医学用語では足白癬あしはくせんと呼ばれます。皮膚の外側の角層がむけてぼろぼろになったり、湿ってジュクジュクしたりします。一方、“みずむし”の 3 分の 1 は湿疹やかぶれなど別の病気が原因といわれています。白癬菌は足のほかにも、体、頭などさまざまな部位の皮膚に感染します。手足の爪にも入り込んで感染することがあり、この場合は爪水虫（爪白癬）と呼ばれます。　白癬菌が原因の水虫の場合、同居している方との間など人から人に感染する可能性があるため、足白癬と診断された場合には家庭内で感染対策を行う必要があります。

原因

足白癬は、白癬菌というカビ（真菌）の一種が皮膚の最外側の層（角層）に感染・増殖して起こります。白癬菌の感染は、白癬菌のついた人・動物の皮膚や白癬菌が付着したものに直接触れることで起こります。たとえば、以下のような場面で感染が起こりやすくなります。

・同居人が白癬菌を散布している

症状

足の指の間の皮がむけ、ときには皮膚が湿ってジュクジュクすることがあります。あるいは、足の裏の皮膚の角質がむけたり、厚くなってごわごわした感じになったりします。小さな水ぶくれができることもあります。強いかゆみを伴うことがありますが、かゆみがない足白癬も多く、かゆみの有無は診断に役立ちません。片方の足からうつってくることが多く、軽症例では左右対象に出てくることはまれです。両足に同程度見られた場合はしばしばほかの病気（汗疱、掌蹠膿疱症しょうせきのうほうしょう）が疑われます。

治療

カビの増殖を抑える外用薬（抗真菌薬）での治療が基本になります。抗真菌薬はクリームや軟膏、液剤などさまざまなタイプがあり、皮膚の状態によって選択されます。足白癬の場合、症状がない部分も含めて足の裏や指の間からアキレス腱まで、足の裏全体に薬を塗布します。また完全に菌が消えるまで、最低でも 4 週間は薬を塗り続ける必要があります。

予防

予防には白癬菌が足に長期間付着しないようすることが有効です。不特定多数の人が裸足で過ごす場所の床や、共用で使用するマット、スリッパなどから白癬菌が足に付着することが知られています。そのため、裸足で歩いた後は足の裏を洗う、乾いたタオルで拭うなどして菌が 1 日以上付着したままにならないようにしてください。また、足が蒸れると白癬菌が増殖しやすいため、乾燥に心がけてください。通気性がよい靴や靴下を選ぶのもよいでしょう。

作成：ケンユウ女池上山薬局