

3ステップでわかる!

セルフメディケーション講座 第25回

水虫の治し方

早めに対処して悪化を防げば、医療費を抑えられます。市販薬の購入時に役立つ基礎知識や注意点などを紹介します。



薬局では、遠慮なく薬剤師にご相談ください



教えてくれた人 岩月 進さん (いわつきすすむ)

日本薬剤師会常務理事

Step 1 家庭内感染はバスマットから

水虫は、白癬菌(真菌)というカビの一種)によつて起こる感染症です。白癬菌はありふれた常在菌で、足の皮膚や皮下組織を侵食し、かゆみや炎症を引き起こします。水虫は3つのタイプにわかれます(表1参照)。角質増殖型はほとんどかゆみを伴わないため、水虫と気づかず他人にうつしてしまうこともあります。家庭内では、バスマットを介して感染するケースがほとんどです。湿ったバスマットはカビにとってすみやすく、はがれた足裏の角質などの栄養が豊富。こまめに洗い、日干しして清潔に保ちましょう。家庭内感染をかなり予防できます。

Step 2 市販薬はスイッチOTCが充実 効き目で選ぶなら軟膏

現在、外用治療薬の多くはスイッチOTC(*)として市販されて

とくに注意してほしいのが、糖尿病の患者さんです。菌に対する抵抗力が低下しているため、感染しやすく、治りにくいからです。また、乾燥肌の人も皮膚のバリア機能が低下しているため、水虫に感染しやすいと考えられています。水虫と間違えやすい病気に掌蹠膿疱症(のうほうしょう)やかぶれ、アレルギー性皮膚炎などがあります。これらの治療にはステロイド薬が使用されることありますが、水虫にステロイド薬を使うと悪化してしまうので、その際はきちんと皮膚科を受診しましょう。

います。どの成分も水虫に対してきちんとした効能を有しますが、新登場の成分や、症状を抑える成分が多く含まれている薬ほど高価になります。

軟膏、クリーム、液剤、スプレー、ジェルなどさまざまな剤形があります。有効成分が長時間にわたり患部に留まるため、効果が高いのは軟膏です。ただ、ベタベタして使いにくいという声もあるため、クリームやジェル製の製品も増えています。

足の裏全体など広範囲に塗りた場合は液剤やスプレーが便利で、スプレーの場合はパウダー入りのほうが、成分の滞留時間は長くなります。入浴後など、足を清潔にしてから使用しましょう。

Step 3 最低でも1か月は続ける 患部の周辺にも塗り込む

水虫は、治ったように見えても薬をやめるとぶり返します。かゆみがなくなっても、皮膚の奥にカビが生き残っているからです。皮膚細胞が完全に入れ替わるまで、少なくとも1か月は毎日薬を塗り続ける必要があります。患部の周辺まで、広めに薬を塗ることも大事です。

小指と薬指の間にかゆみがある場合は、小指の爪にも注意。爪が変形していると、皮膚とのすき間にかびが潜みやすくなります。爪まわりにも塗りましょう。ただし、水虫が爪に侵食した場合は、市販薬だけでは治療できません。必ず皮膚科を受診してください。

表1: 水虫の3タイプ

	趾間型 指の間の皮膚が白くふやけて、皮がむけたりかゆくなったりする。
	小水疱型 足裏や土踏まず、足のふちに小さい水疱が多発し、その水疱が破れて皮がむける。
	角質増殖型 足裏全体の皮膚が厚くなり、乾燥する。かかとがひび割れることも。

*スイッチOTC: 医師の処方が必要な医薬品のうち、副作用が少なく安全性が高いので、市販薬(OTC医薬品)に転用(スイッチ)された医薬品。