

足白癬の予防

足白癬（あしはくせん＝水虫）は、1年でほんの少しの間だけ、かゆくなる疾患です。そのために十分に治療されずに放置されています。40%弱の人が足白癬を患っており、若年者ではその率は低いのですが、高齢者では60%以上となっています。

白癬菌は、人から人に直接または間接的に感染する疾患です。家族の水虫から感染したと訴えて受診する患者さんは多く、同居家族内での感染はごくありふれたものです。足白癬の患者さんがいる家庭で、部屋の塵埃を掃除機で集めて調べると、白癬菌が多数見つかります。ところが、患者さんが抗真菌薬の外用を始めると、家庭内から見つかる白癬菌は急激に減少します。

加藤卓朗博士（済生会川口総合病院皮膚科）の研究では、公衆浴場、旅館の浴場、プールなど多くの人が利用する場所から、白癬菌が多数発見されています。当然、白癬菌は足の裏に付着するのですが、15分くらい経過して、足の裏が乾燥すると、白癬菌は自然に脱落してしまいます。十分に乾燥する前に靴下を履くと、足の裏に付着した白癬菌を持ち帰るかもしれません。

しかし、白癬菌が付着したからといって、すぐに感染するものではありません。無傷の皮膚では、局所の温度と湿度が感染するか否かの条件となります。感染するには、湿度は90%以上、温度は25℃以上（35℃が最適）が必要です。その上、1日以上経過しないと、角質中に白癬菌が侵入することはありません。ただし、角質に傷がついている場合には、白癬菌は1日以内に角質中に侵入します。

白癬菌はいたるところに存在し、足の裏に付着するのは避けられないようですから、白癬菌を予防するには、毎日、指の間を傷つけないよう丁寧に洗い、よく乾燥させることが大事なようです。足白癬を長く患っていると、たいていは爪白癬を併することになります。爪白癬は痛くもかゆくありませんが、足白癬の治療を妨げる原因の一つになっています。爪白癬は外用剤では治癒しないので、抗真菌薬の内服によって、爪白癬を治療することが足白癬を治すことにつながり、感染源対策にもなります。

平成12年9月
東 禹彦