

これから増えてくる水虫に注意

皮膚の表面からは1000種以上の細菌が見つかっています。その中には表皮ブドウ球菌のように皮膚を守る働きをするものもいる一方で、水虫などの皮膚病を引き起こす菌も。蒸し暑くなるこれからの季節は特に注意が必要です。

かゆみがあるから水虫とは限りません

水虫の原因菌はカビ(真菌)の一種の白癬菌です。白癬菌の栄養分はケラチンというたんぱく質。ですから、ケラチンが多く存在する場所であればどこにでも感染します。

白癬菌が足に感染した場合を水虫といい、部位や症状によって大きく4つに分類されます。足の指の間が白くふやけたり、皮がむけたりする「趾間型」、足の裏に小さな水疱ができる「小水疱型」、足の裏全体が硬くなる「角質増殖型」、白癬菌が爪に侵入する「爪白癬」です。

これらのうち、角質増殖型と爪白癬は、ほとんどかゆみはありません。逆に、かゆみがあっても水虫でないこともあります。自己判断しないで皮膚科専門医を受診するようにしましょう。

症状が治まっても薬を塗り続ける

水虫は一度かかると治らないと誤解している人も多いのですが、医師の指示どおり薬を塗り続ければ完治し、容易に再発することはありません。しかし、かゆみがなくなると治ったと思い込んで治療を中止してしまい、再発を繰り返すケースが多くみられます。最低でも1カ月、毎日薬を使い続けること、また、症状のある部位だけでなく、足裏全体に塗ることが大切です。なお、爪白癬については、塗り薬では有効成分が届きにくいので、通常、飲み薬が処方されます。

水虫の治療や予防には、足を清潔にすることも重要なポイントです。ただし、ゴシゴシ洗うと皮膚を傷つけ、かえって水虫になりやすくなります。石けんを泡立ててやさしく洗うことを心がけましょう。せっかく足をきれいにしても、毎日使うバスタオルや足拭きマットに

白癬菌がついては台無しです。マットやタオル類はこまめに洗濯してください。白癬菌は髪の毛やホコリなどにまぎれて家具の下や部屋の隅などにいることが多いので、隅々まで掃除機をかけることも大切です。

子どもの手足にイボができたならウイルス感染かも

皮膚にウイルスが感染してイボができることがあります。イボにはさまざまな種類がありますが、最も多くみられるのが子どもの手足や膝裏に発症しやすいヒトパピローマウイルスによる尋常性疣贅です。痛みなどの自覚症状はほとんどありませんが、放置すると多発して治りにくくなります。治療は液体窒素を用いた冷凍凝固療法を複数回行うのが一般的です。

なお、水虫やイボについてわからないことがあるときは、薬剤師に気軽にお尋ねください。



イラストレーション: 堀 直子

クスリンです。

ご意見をお寄せください 読者アンケート

回答方法 ハガキ、QRコード(またはURLからアクセス)いずれかの方法でお一人さま1回限りらせていただきます。

ハガキ

- 1 Lifeを受け取った薬局の名称と所在地(例: ●●薬局 ●●店 ●●市)
- 2 健康サポート薬局について知っていますか。(1.知っている 2.名前を知っているが理解はしていない 3.知らない)
- 3 ①の薬局へのご意見・ご要望
- 4 Lifeへのご意見・ご要望
- 5 郵便番号・住所 ⑥氏名 ⑦性別
- 8 年齢 ⑨電話番号 ⑩欲しいプレゼントのアルファベット(A・B・C・D)

※記入漏れや間違いがあるとプレゼントをお送りできない場合があります。

QRコード QRコードを読み取るか、<https://questant.jp/q/LWL90Y50> にアクセスしてご回答ください。ご利用端末が対応していない場合はハガキでご回答ください。



○上記以外の方法での応募は受け付けておりません。

※あて先(切ってハガキに貼ることができます)

〒150-0001
東京都渋谷区神宮前5-47-11
クラスAネットワーク Life5月号係

より良い紙面作りと、薬局のサービス向上のためにぜひご協力ください。

締め切りは、6月5日(当日消印有効)です。

プレゼント
50名様

アンケートにご協力いただいた方の中から抽選で50名様に下記の商品をプレゼントいたします。



ベージュ

カーキ

風を通すUVカット帽子

紫外線対策専門ブランドが作った、UV遮蔽率99%以上(フラップ部分は97%以上)の帽子をプレゼント。洗濯してもUVカット効果が低減しない布地を使用しています。フラップは取り外し可能。軽くて持ち運びにも便利です。

欲しい色とサイズをA~Dから選び、アルファベットを明記してください。

- A ベージュ 56~58cm(つば 7cm)
- B ベージュ 58~60cm(つば 8.5cm)
- C カーキ 56~58cm(つば 7cm)
- D カーキ 58~60cm(つば 8.5cm)

エポカル エアスルーUVハット
ポリエステル80% 綿20% 4,400円(税込)
ピーカブー ☎048-458-3015

○商品については、上記にお問い合わせください。

※プレゼントの当選発表は発送をもってかえさせていただきます。ご回答いただいた方の個人情報(姓)はクラスAネットワークにて厳重に管理し、プレゼント以外の目的で使用することはありません。お寄せいただいたご意見・ご要望等は、今後の紙面作り(Webサイトを含む)及び薬局サービス向上に活用させていただきます。※プレゼント商品は薬局で取り扱っていない場合もあります。

お知らせ

健康情報をWebでも

Lifeの姉妹サイト「class Aヘルシーライフクラブ」では、Lifeのバックナンバーをはじめ、旬の健康情報を配信しています。ぜひご覧ください。

<https://www.e-classa.net/>

class Aヘルシーライフクラブ 検索

健康脳クイズの答え

答えは、「ショウブ」でした。

フ	カ	ネ	ゴ	ト
ア	イ	カ	ギ	ソ
イ	ン	バ	マ	キ
ウ	ド	ザ	コ	
ヨ	ナ	ワ	シ	ロ
カ	イ	リ	キ	ウ

次号予告 6月号は「呼吸」を特集します。どうぞお楽しみに。

薬剤師にご相談ください

お薬から健康生活までトータルで応援します。

処方せんがなくともお気軽に薬局におこしください。

発行 株式会社クラスAネットワーク 〒150-0001 東京都渋谷区神宮前5-47-11
TEL:03-5778-9388 FAX:03-6368-5322 E-MAIL:info@e-classa.com

クラスA薬局HP 近々SNSと連携したお知らせもご期待ください
ホームページアドレス: <https://www.e-classa.net/>

正しい頭皮ケアでいっきいき

■これから増えてくる水虫に注意...4
UVカット帽子を50名様にプレゼント...4

抜け毛・細毛が多くなってきた



抜け毛・細毛の主な原因は、頭皮にある髪の毛を成長させる毛母細胞への血流不足。栄養が十分に行き渡らないために、髪の毛の成長に影響が。スカルプ(頭皮)ケア(中面参照)で血流促進を。

頭皮が硬いといわれた



両手で頭皮に触れて、手が頭蓋骨に張りつくように動かない感じがしたら、頭皮の血行が悪くなっている可能性が。スカルプケアで血行を良くして、頭皮を適度なやわらかさに保ちましょう。



髪、頭皮の疑問・お悩み Q&A

人になかなか聞けない髪や頭皮の悩み。ここで答えします。

フケやかゆみが止まらない



フケは頭皮から剥がれ落ちた古い角質で、いわば頭皮のアカ。かゆみは頭皮から分泌される皮脂がたまっていても主な原因です。いずれも、頭皮を清潔な状態に保つことが大切です。

ヘアカラーのダメージは?



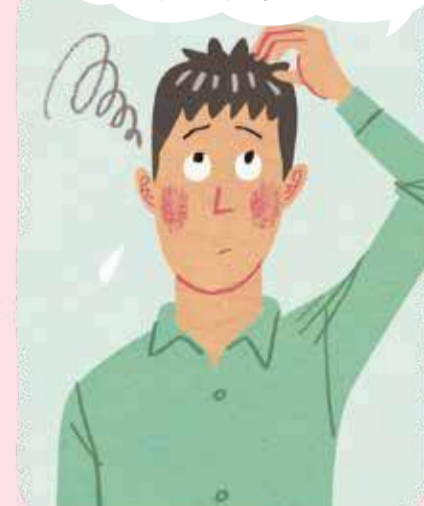
ヘアカラーは、髪の中のメラニン色素を脱色して色を入れるため、髪の毛が傷みます。頭皮にも直接付着するので、髪だけでなく頭皮にもダメージが。ヘアマニキュアをおすすめします。

キューティクルって何?



髪の毛の外側にあるうろこ状の層で、髪の中の水分やたんぱく質が流れないように保護しています。摩擦に弱いので、シャンプーやタオルドライには十分注意が必要です。

頭皮が脂っぽくベタベタする



頭皮は私たちの体から出る皮脂の約6割を分泌し、汗腺の働きも活発。頭皮ケアが不十分だと頭皮に皮脂が残ってベタつきの原因に。正しい頭皮ケアでベタつきを解消しましょう。

髪の毛の紫外線対策は?



紫外線が頭皮の皮脂を酸化し凝固させると、毛穴の出口を塞ぎ、髪の毛が育つ環境を乱します。外出時に紫外線防止効果のあるローションをつけたり、帽子をかぶって紫外線をカット。

頭皮のにおいが気になる

頭皮から分泌される皮脂やフケをエサにして雑菌が繁殖すると、においを発生させます。原因の一つは誤ったシャンプー法です。中面の正しいシャンプー法を実践して、皮脂やフケを落としましょう。



イラストレーション: ハラアツシ

※頭皮ケアをしても悩みが解決しない場合は、皮膚科専門医を受診しましょう。

