

フットケアと爪真菌症

高山かおる

埼玉県済生会川口総合病院 皮膚科 主任部長

Point

- ▶ フットケアとは足の健康促進と機能維持のためのケアを指す
- ▶ 医療現場でのフットケアは糖尿病性壊疽や虚血性潰瘍の予防のために行われる
- ▶ 爪白癬である前に足の機能低下による爪の変形が合併している可能性がある
- ▶ 爪のケアの基本は洗浄後に爪の厚みや長さを整えて、正常の形に近く整えること
- ▶ フットケアと爪白癬治療の併用は、患者の治療意欲を増すだけでなく、治療の有効性も高める

はじめに

爪の変形は局所的な問題と思われがちですが、全身の疾患の症状である場合や体重のかけ方や関節の変形・使い方などによって起こります。つまり爪の問題は爪だけの問題ではないことが多いです。爪白癬は爪に白癬菌が感染して起こります

が、爪にもともと他の問題による変形がある場合もあり、治療を困難にしていると感じることがあります。フットケアを治療のなかに取り入れる必要性について、また簡単に取り入れられる施術やセルフケア指導について解説します。

フットケアとは

フットケアというと足のリラクゼーションやマッサージ、もしくはネイルを塗ることなどをイメージすることが多いと思いますが、実はフットケアは足の健康を促進・維持するための足や爪の

ケアのことや、医療現場では糖尿病性壊疽を予防するためのさまざまなノウハウのことを意味しています。

爪白癬が及ぼす足への影響

ご存じのとおり、爪白癬は爪の変形を招き、側爪溝に辺縁が食い込んだり、爪自体の厚みが増したりすることがあります。爪白癬があるとQOLが低下すること¹⁾や、転倒不安や転倒リスクが上がること²⁾がわかっています。また糖尿病などの

成人病が爪白癬のリスクであるという検討結果もあります³⁾。下記に説明しますが、爪白癬は糖尿病性壊疽を引き起こすことがあり、決して「白癬くらい」といって見過ごせません。

フットケア視点からみる爪白癬

図1に、白癬には直接関係のない爪の疾患を示し、簡単にどのような疾患(状態)であるかを説明します。

爪甲鉤彎症

外傷後などに生じる爪の変形で、爪甲が数層に重なり、全体の厚みが増します(図1A)。エコー

A 爪甲鉤彎症



B トランペット型巻き爪



C ステープラー型巻き爪



D 陥入爪



図1 さまざまな爪のトラブル