

みずむし・たむし

予防の仕方／異常に気づいたら



参照：日本医師会

白癬菌はカビの一種ですから、みずむし・たむしの予防はカビの予防法に通ずるものがあります。日常生活では次のようなことに注意してください。



● 白癬菌に触れないようにする

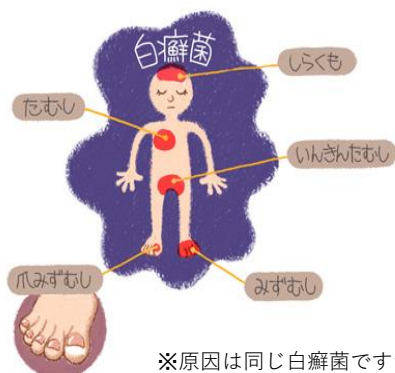
家族にみずむしの人がいる場合は、スリッパ、タオル、足拭きマット等を別にして菌に触れないようにします。また、体を清潔にするとともに屋内、特に床と畳の清掃をこまめにすることも大事です。

● 帰宅時の足洗い

銭湯等の公共の場所でスリッパや足拭きマットを使った場合は、白癬菌が足についている可能性があります。そんなときは、帰宅時に足を洗って乾燥させれば感染を予防できます。白癬菌が皮膚に付着して角質層に侵入するまで24時間かかるといわれています。

● 乾燥・通気性を保つ

高温多湿の場所を好みます。みずむし予防には乾燥させて、通気性をよくすることが大切になります。特に足の間は蒸れやすいので、通気性の高い靴や靴下を選ぶようにするなど、白癬菌が繁殖しにくい環境づくりを心がけましょう。



白癬菌は体の表面のどこにでも感染する可能性があるため、皮膚の異状に気づいたら速やかに専門医の診察を受けましょう。診察を受けて、みずむしやたむしと診断された場合は、医師の指示に従って治療を続けることが大切です。皮膚症状が治まっても、角質層には白癬菌が潜んでいることがあり、治療を途中でやめて再発するケースはよく見られるからです。

※原因は同じ白癬菌ですが、感染した部分によって症状は異なります。