

かわぐち内科クリニック NEWS

湿気にぜひ注意ください!

梅雨時は湿度が高くカビが発生しやすくなります。カビは微生物の一種で酵母やキノコと同じ真菌類に分類されます。湿気の多い場所、風呂場や台所などの水回り、洋服や食べ物の表面に発生し劣化や腐敗をさせ、また喘息や肺炎、アトピーなどのアレルギーを起したり、食中毒の原因にもなります。

一般的に水虫といわれる病気も白癬菌というカビが原因です。この菌はプールや公衆浴場などの足ふきマット、スリッパなどからうつります。

白癬菌の感染が成立するまでには最低24時間かかるといわれています。菌が付着しても24時間以内に洗浄する事により感染予防となります。



ただ力を入れて洗うと逆に皮膚が傷ついてしまい、感染しやすくなるので、石鹸をよく泡立て、なるべく優しく洗うようにしましょう。お風呂場の足ふきマットは敷きっぱなしにしないよう定期的に交換しましょう。

さらに
・靴の中が蒸れないように通気性の良い靴を選びましょう。

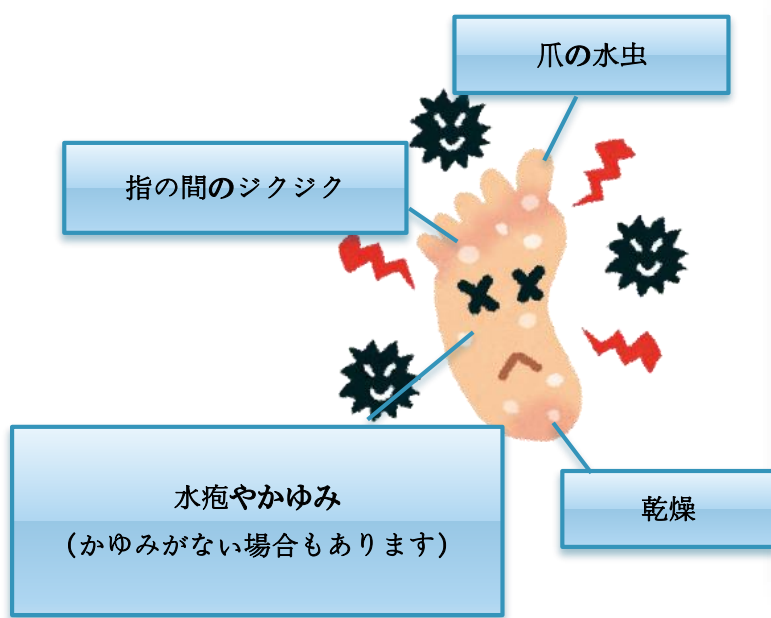
・毎日同じ靴を使用することを避け、毎日足を洗いましょう。

・靴下は毎日履き替えるようにしましょう、通気性を良くするため

に5本指の靴下をお勧めします。
・靴をこまめに洗い、濡れてしまった靴はきちんと乾燥させてから履きましよう。

以上のことを心がけるようにしましょう。

水虫の主な症状



まめちしき

- Q. お風呂やプールなどでうつりますか?
A. いいえ、感染はしません。
- Q. お酢をつけると水虫が治る?
A. 効果は無いのでつけても治りません。
- Q. うつるのが心配、洗濯物は別にすべき?
A. 一緒に洗濯してもうつらないので分ける必要はありません。

