



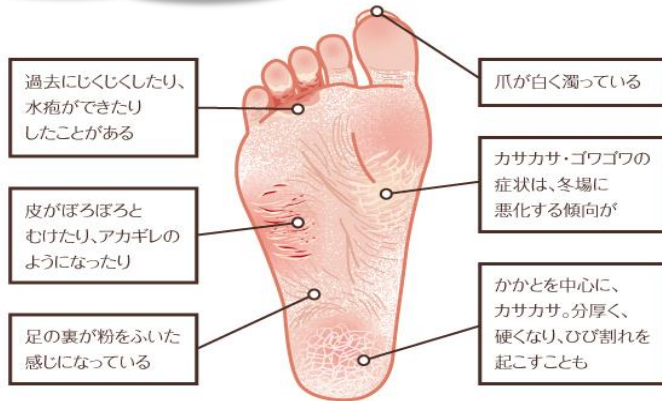
認定たより

平成28年6月号

皮膚・排泄ケア認定看護師 大野佳子

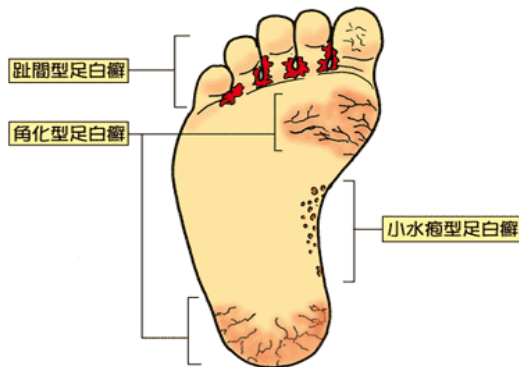
梅雨の季節になってきました。気候はムシムシ。そうなると足もムズムズ
今回は水虫のお話です

水虫あるないチェック



当てはまるものがあれば、水虫の可能性が
あります

【基本的な治し方】



- ①まずは皮膚科の先生に診てもらい指示通りに治療すること
☆水虫にも色々種類があります。それぞれに適した治療薬があります。皮膚科で診てもらうことが早く治すコツです。
☆薬を塗る前に皮膚を擦る、削るなど皮膚を傷つけないようにしましょう。
- ②診察に行く時間がなかなか取れないときは、市販薬を塗って様子を見てみてもいいですが、薬剤師さんに症状を説明し適切な薬を選んでもらいましょう。

【日常生活で気をつけること】

足は毎日清潔にしておこう

踵のかさかさを軽石でこすらない

バスマットはこまめに洗いましょう

外用薬の定期的な塗布は予防にも有効

入浴後は指間の水気をとり蒸れないようにしよう

自宅でのスリッパは共有しない
外出時、スリッパに履き替えるようなことがある場合
くつ下を持っていこう

なるべく通気性の良い靴を履きましょう。また一日おきに靴を履き替え、靴の中を乾燥させよう