

ナースの星 WEBセミナー

爪白癬・足白癬のケア

足のナースクリニック 代表

(社)日本トータルフットマネジメント協会

皮膚・排泄ケア認定看護師

西田 壽代

重篤な足病変に 結びつく可能性のある感染症 ～白癬～



白癬の発症部位と名称

頭部：しらくも

顔面白癬

手白癬：
手の水虫

体部白癬：
たむし

股部白癬：
いんきんたむし

爪白癬：爪水虫

足白癬：水虫

白癬菌

- 皮膚糸状菌という真菌（かび）の一種
- 角質（ケラチン）内に入り込む
- 易感染状態、角化亢進により発症
- 正しい病識、薬剤使用を行わないことで治癒せず慢性化
- 身内に罹患者がいる場合は、足ふきマットの共用を避けるなど注意が必要
- 皮膚表面に付着しているときに洗い流すことで感染予防が期待できる

足白癬

①趾間型

②小水疱型

③角質増殖型



これは①



これは②



これは③

足趾の間や
爪のすき間も
きちんと洗うこと！

足を「きれい」を意識して洗いましょう！

足浴後は
十分な湯量でかけ湯をし
隅々まで
拭き取りをすること！

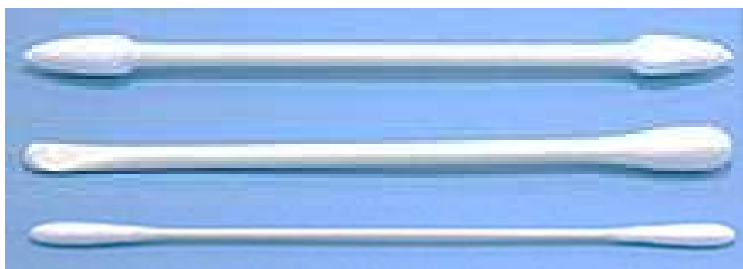
ビニール袋を使った泡足浴

- 温タオルやおしりふき等によるふきとり
または
- ボトルに微温湯で洗い流す



1mlのボディソープに
10mlの水(又はお湯)を
ビニール袋に入れて
水がなくなるまで
シャカシャカ泡立て
足を入れて1~2分
もみ洗いし拭き取り
もしくは洗い流し

爪の周りの皮膚を**意識して清潔に！**



綿棒
毛の柔らかい
歯ブラシ等

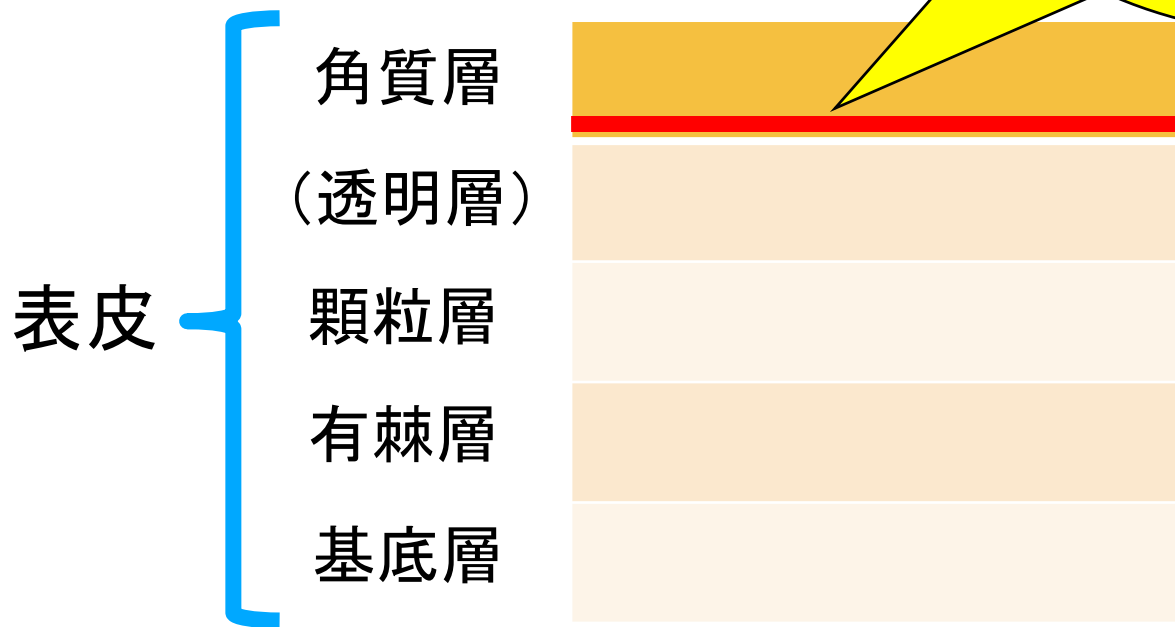


白癬菌の鏡検



検体の採取は・・・

角質層の
深いところ
から採取



爪甲の培養検体の採取方法

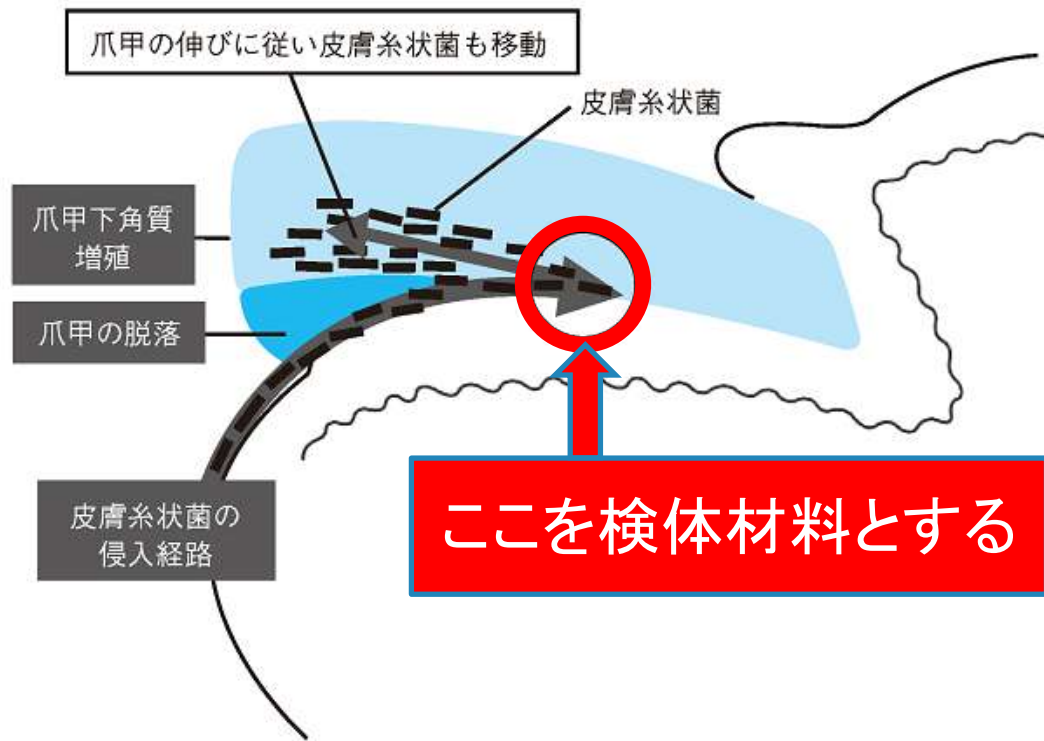


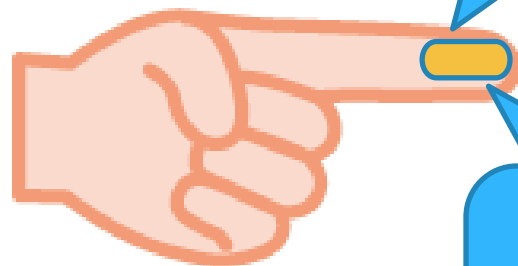
図1 爪甲下角質増殖が見られる通常の爪白癬(DLSD)の発症機序と検体採取部位
(渡辺晋一ほか:皮膚真菌症診断・治療ガイドライン. 日皮会誌 119(5):851-862, 2009)

塗り薬の量の目安

・・・フィンガー チップ ユニット (FTU)

- 1 FTU = 0.5g
 - = 大人の手のひら2枚分
 - = 足の裏1枚分
- 液状のものだと
 - 1 FTU = 1円玉くらい
- 1日1回両足底部に塗る
 - = 1本10gだと10日で使い終わる

人差し指
第1関節
までの長さ



直径が
5mmに
なるように

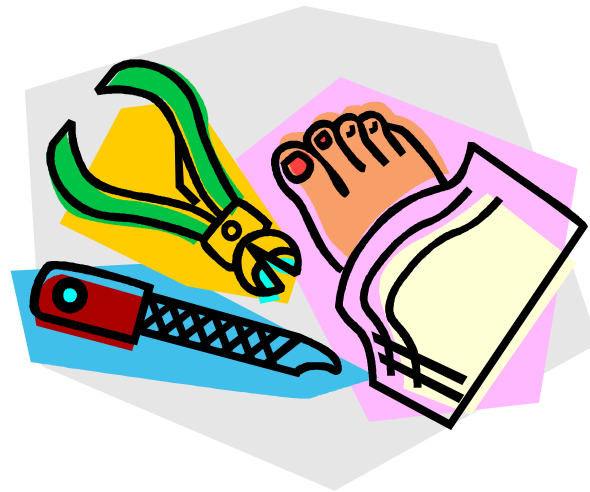
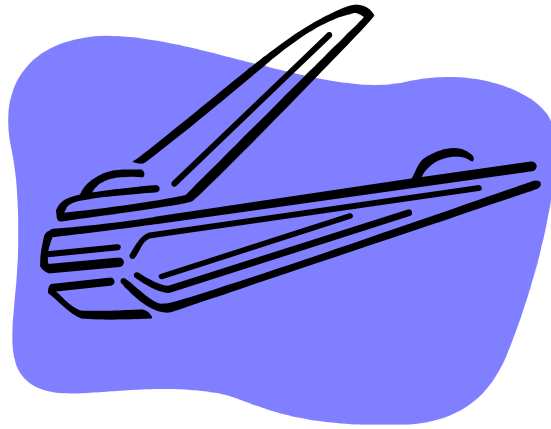


抗真菌薬の使用法

爪周囲の皮膚に
付着していい薬↓といけない薬↓がある！



爪ケアを試してみよう！



爪甲とその周辺の名称

後爪郭

爪半月

爪上皮

側爪郭

爪溝

横線

ストレスポイント

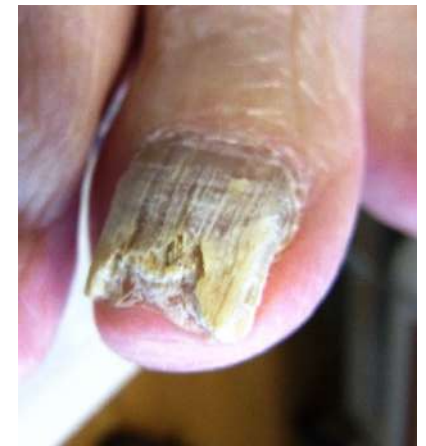


爪甲

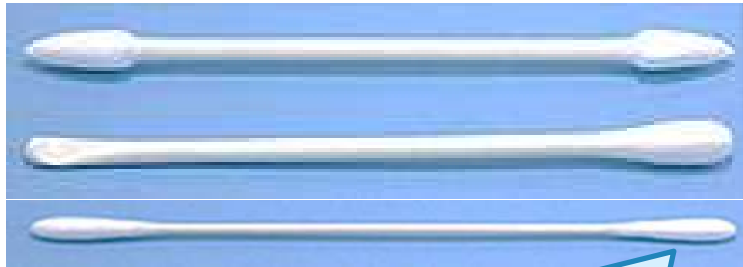
遊離縁(フリーエッジ)

爪白癬

- 遠位側縁爪甲下爪真菌症 (DLSO)
爪甲の遠位部や側縁部から爪甲下に菌が侵入
- 表在性白色爪真菌症 (SWO)
爪表面の傷ついた部分より菌が侵入
- 近位爪甲下爪真菌症 (PSO)
爪甲の近位部から菌が侵入
- 全異栄養性爪真菌症 (TDO)
病変が爪甲全体に拡大



爪のアセスメントは綿棒で！



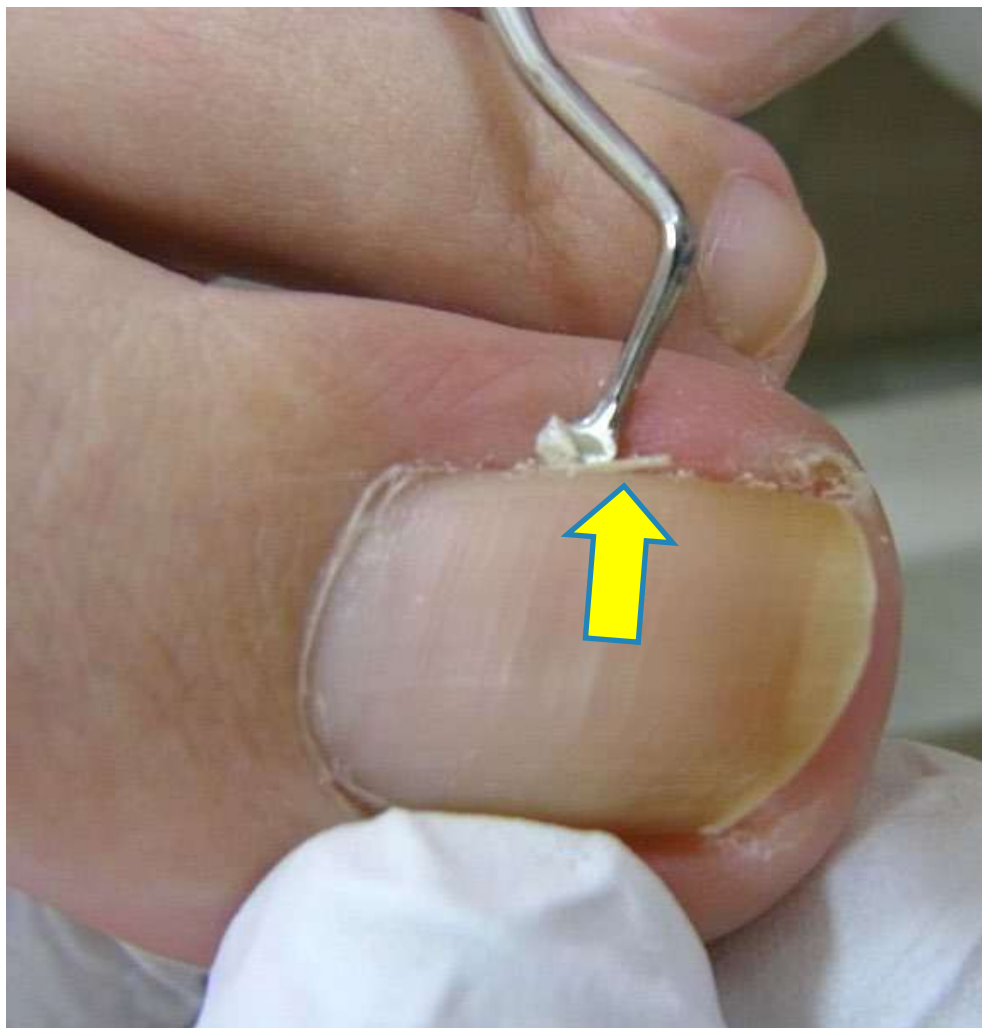
赤ちゃん用の細い綿棒
金属製の耳かき等



慣れてきたら
爪用ゾンデを練習してみる



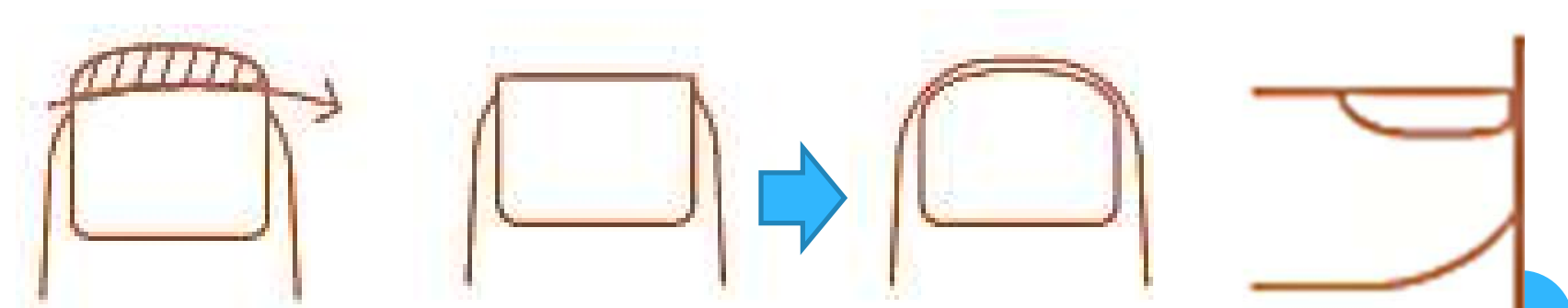
爪溝の掃除、側爪郭に隠れた爪甲の確認、爪縁がきれいにまっすぐになっているか、鶏眼や創傷などが
ないか、遊離縁の確認等



足爪の切り方(基本)



- ❖ あしゆびの形に添って、真っすぐ、もしくは直線に近い緩やかなカーブに切る
- ❖ 爪の端は切り込まず、爪やすりで角を丸く
- ❖ 長さはゆびより少し短めにする



Q: 厚い爪をどこまで削ったらいいかわからない



爪甲自体が厚い
のか、爪甲下角
質増殖なのかを
見分けてから決
めます

肥厚爪の見分け方のめやす



マイクログラインダー



湿式



吸引式



据え置き式



充電式



簡易式

グラインダーのアタッチメント(例)

爪用	角質用	鶏眼
		

- ・径の大きいものは回転数を少なく、細いものほど多く
- ・ダイヤモンドコーティングのものは滅菌可能(しかし、高価)
- ・ストーンタイプは、耐久性と滅菌できないことから推奨度は低い

爪白癬などの肥厚した爪のケア（西一六）

- 清浄綿等でケアする部分を清拭
- 爪用ゾンデで、爪周囲の固着した汚れを除去しつつ、爪縁のラインを目視で確認できる状態にする
- 爪全体の肥厚の状態、遊離縁や側爪享への陥入の程度を確認
- 爪の表面から爪溝にかけて固着した甘皮などがあれば、爪用ゾンデやニッパで除去する
- 爪用ゾンデで痛みがある場合は、コットン、綿棒等を湿らせて行う（水、乳液、クリーム、アルコール、角質軟化剤等）
- 爪先端部を見て、爪と爪下角質の厚さを確認



爪白癬などの肥厚した爪のケア（西田流）

- ニッパーで爪切り（まっすぐに切り、角はやすりで丸く）
- 肥厚している場合は、爪はやや短めに切り、可能であれば、ニッパーで厚みをトリミング
- その後爪甲の厚さが均等になるようにグラインダーで研磨
- その際、粉の飛散を防止するため、大きめのビニール袋で覆う
- ブラシやふき取りで、爪の粉を除去し、爪溝を充分きれいにする
- やすりのかけ残しがいないかを確認し、仕上げのやすりをかける
- 保湿





心を込めた根拠のあるケアを続けて...



足のナースクリニック

- 病院・施設でのフットケア支援
- スタッフ教育・技術講習・学会発表
- 講演会、執筆



足のナースクリニック ブログ

<http://ameblo.jp/ashi-nurse/>

足のナースクリニック Facebookページ

<https://www.facebook.com/ashi.nurse>

フットケア・WOCケア
のコンサルや講演等
のご依頼をお待ちし
ております！





JAPAN TOTAL FOOT
MANAGEMENT ASSOCIATION

(社)日本トータルフットマネジメント協会

- **医療・介護・福祉・健康・美容**分野におけるフットケアの正しい知識と技術を伝え広め、**垣根を越えた連携**や研究開発により、より豊かなフットケア環境を創造し、足から社会文化の発展に寄与することを目的に2013年6月26日に発足しました。

● ホームページ

<https://www.japanfoot.or.jp>

● Facebookページ

<https://www.facebook.com/japan.foot>

【主な活動】

- 多業種フットケア研究会(専門家向け)
 - 足フェス(市民啓発活動)
 - フットケア心理士養成講座
- フットケア衛生管理士養成講座
- 足ゼミ(会員向け事例検討会)

(社)日本トータルフットマネジメント協会指定校

足の専門校SCHOOL OF PEDI 医療フットケアコース

○看護師等を対象

総論、概論、爪ケア・角質ケアの基本手技、医療・介護現場での管理困難な爪ケア・角質ケア、靴・インソール、フットマッサージ(演習)、病院・施設実習、認定試験(ペーパー、実技)等



ご清聴
ありがとうございました！

