

水虫の予防法

Q..水虫がやっと治りそうなので、予防の方法を教えてください。特に、靴は洋服のように洗えないのでどうやってきれいにすればいいですか？ また水虫のときに履いていた同じ靴（自分の）を履いていると再発の原因になりますか？

Dr.林の
足のお悩み
相談室

かかっている本人がしっかりと治療を

A..水虫は完治が難しく、その上せつかく治療してもまた再感染することも多い疾病なので、予防が非常に大切になってきます。水虫の感染時に使用していた靴は履かないことを勧めますが、実際にはお気に入りの靴をみすみす捨ててしまうのは難しいことだと思います。そこで靴の殺菌、乾燥の促進の方法をいくつか書いてみたいと思います。



① Ysoul (ライゾール) などの殺菌スプレーを使用する。殺菌スプレーは簡単にスパーや薬局で購入できます。

② 紫外線殺菌器 "SteriShoe (ステリシュー) II 写真" などの靴用UV殺菌専門機器を使用する。「靴だって洗濯したい」という発想で生まれたこの製品は、病院で使われている殺菌技術を投入している本格的殺菌機です。しかも1回の使用で殺+脱臭+乾燥もできるので、細菌が発生しやすい環境の改善に役立ちます。

足や靴の殺菌以外にも、小まめに靴を履きかえる、通気性・吸湿性のよい靴下を履く、公共のプールやジムを使用するときはマイサンダルを持つていくこと等の日々のお手入れで再感染を防いで完全に水虫とさよならしましょう。

(今回は8月18日号掲載)

〈プロフィール〉林美香 (はやし みか) ニューヨーク足病医科大学卒業後、足病医学博士号を取得。聖ビンセント病院で足病医科・外科研修を修了、その後、ニューヨークの日系クリニックで足病専門医として勤務。2008年、マンハッタン初の日系足病専門クリニック、「林美香足病科クリニック」設立。(情報) 林美香足病科クリニック 211 E 43rd St, Suite610 212-682-0043
www.mikahayashi.com