



健康

[医者・病院](#) | [病気・薬](#) | [元気](#) | [フォト一覧](#)
[ホーム](#) > [健康](#) > [病気・薬](#) > ニュース詳細

【1分で判明！ 病気チェック】爪が足親指に食い込み 激痛「陥入爪」

2010.05.17

印刷する

陥入爪(かんにゅうそう)は、足親指の爪の角が皮膚に食い込んで、歩くと痛い爪の病気。傷口から細菌感染するとさらに激痛を発生し、手術をしないと治りにくい。発症頻度は高く、日本人の10人に1人といわれるので要注意だ。

【深爪は悪循環のもと】

爪の(内側への)巻き込みが強いと「巻き爪」とも呼ばれるが、基本的には同じ病気だ。

発症は爪が押されて皮膚に食い込んで始まるので、ハイヒールなどつま先の細い靴を履くことの多い女性に起こりやすい。男性でもサイズの合っていない“きつい靴で歩き回ることが多い”と発症要因になる。

ただ、「一番の原因は爪の角を深く切り込んでしまう深爪。痛いからと深爪をすると一時的に痛みは軽くなるが、それが悪循環のもと」と話すのは、山手皮フ科クリニック(東京・高田馬場)の豊福一院長。もともと爪幅の広い人は、特に発症しやすいという。

【トゲ状の爪が刺さる】

深爪をしてしまうと、いままで皮膚への食い込みを押さえていた爪の角の部分なくなるので、ますます皮膚に食い込む。繰り返すと爪の角がうまく切れなくなり、食い込んだ角の部分かトゲ状に残ってしまう。すると皮膚に刺さり炎症を起こして、痛みが一層ひどくなるのだ。

「その傷口から細菌が入り化膿すると、組織を修復しようとして、肉芽が盛り上がってくる。結局、いつまでたっても傷が治らず、消えない不良肉芽ができてしまうのです」(豊福院長)

もう一つ、足爪に水虫菌が住みつき爪を変色、変形させる爪白癬でも、巻き爪が起こり陥入爪を発症することがある。この場合、飲み薬で爪白癬を治せば、自然と巻き爪も治るケースは少なくないという。

【根治は手術が確実】

通常の陥入爪の治療では、爪にワイヤを通したり、アクリル爪を付けたりする爪矯正がある。が、どれも保険適用外で再発する場合がある。最も確実なのは、爪の端の部分縦に切除して、爪母(爪を作る細胞)を石炭酸で腐食させる根治手術(フェノール法)だ。

豊福院長は「発症しても本当に初期ならテーピングで肉を引っ張っておき、爪を伸ばすだけで治るケースもある。歩いて痛いと思ったら早めに受診することが肝心」と忠告する。

予防は、足爪を切るときは角の白い部分は残して、平行に切る。とくに糖尿病の人は足の傷は壊疽(えそ)の原因になるので、爪の切り方には十分注意しよう。

★「陥入爪」チェックリスト★

口足の爪を切るとき、いつも深爪にしてしまう(爪の角まできれいに切ってしまう)

口つま先の細い靴を履いている

口つま先と足の爪の幅が中、

注目! Alico アリコジャパン

持病があっても 服薬中でも 通院中でも
簡単な告知項目に該当しなければお申し込みいただける

終身医療保険
ずっとあなたと

お申し込みは **30歳から**

詳しくはこちら

※この保険は、告知項目を簡略化し引受基準を緩和していることなどにより保険料が割増される場合があります。 MHP0911-1484

ニュース検索 Powered by **goo**

ZAKZAK

今週のトピックス

90秒で外貨がわかる!?
【じぶん銀行】ゼロから外貨預金を始める人のために!

神田オヤジ 新コーナー神田オヤジ
オヤジの聖地がネットに出現!サラリーマンを応援します!!

注目ニュース

- ▶ 県議政務調査費で“官能小説”購入発…
- ▶ 「特技じゃねーし」長澤まさみ激白の…
- ▶ 相撲協会、不誠実対応&KY発言連発
- ▶ 美人音楽家“不倫写真”流出!全裸で…
- ▶ 張本氏に江川紹子問題を直撃も記者を…
- ▶ twitterやってます!



企画特集

ランニング部ニュース
筋肉付ながらダイエット フィギュア
ロビクス理論

ZAKのおすすめ

貯める **FX** これからは貯めるFX
儲けるFXから、こつこつ貯めるFXへ!
今、じっくり派が熱い!



47クラブ on ZAKZAK

とん ななクラブ



□もともと足の爪の幅が広い

□爪水虫にかかっている

□外反母趾(はし)である

□サッカーやジャズダンスなど足を使った激しい運動をする

□職業上、歩き回ることが多い

※最初の項目に加え、他に1つでも該当するようなら要注意です。

山手皮フ科クリニック(東京・高田馬場)／豊福一朋院長作成

▶ [【入学金無料】パソコン会計資格合格講座\[PR\]](#)

▶ [乳酸菌入りコラーゲン♪≪無料お試し≫\[PR\]](#)

▶ [糖尿病の本当の原因とは？](#) www.nagayoku.com
糖尿病は食事制限と運動だけで大丈夫？ 糖尿とは？糖尿のなぜ？糖尿の原因？

▶ [痛くない巻き爪ケアです](#) www.globalcare.co.jp/makizume/
痛くない巻き爪でにっこり笑顔！ 横浜の巻き爪スクール併設の専門店です

▶ [腰の痛みの治療なら](#) www.itoortho.or.jp
専門治療医が担当いたします 多数の実績 あいち腰痛オベセンター

▶ [水虫に木酢液とハーブ](#) www.ehime-iinet.or.jp/foot/club/
木酢液にハーブを配合したキット 1回の使用でスッキリします。

▶ [肝臓サプリメント第1位は](#) www.kanzo-ranking.com/
数百種類の肝臓サプリメントから選ばれた商品力のあるサプリメントは

Ads by Google

ZAKZAKショッピング



NF アクリルネイルトリアルキット 6320 【ハンドクリーム...

2,700円
27ポイント

[詳細を見る](#)



フットエステ ネイルブラシ&ファイル 【ヘルス用品 角質ケア かかと...

840円
8ポイント

[詳細を見る](#)



【フットエステ】ネイルブラシ&ファイル

840円
8ポイント

[詳細を見る](#)

[> もっと見る](#)

注目情報



ZAKZAKでお買い物♪
多彩なジャンルからオススメのグッズを一挙ご紹介！気になるアイテムをチェックしよう☆

▶ [お見逃しなく⇒](#)

健康注目ニュース

- ▶ [子供の可能性、最大限に伸ばす「遺伝子テスト」](#) 7.7
- ▶ [【女医ドルリレーコラム】お酒飲まなくても脂肪肝に！？ 愛松直子先生](#) 7.7
- ▶ [【今日のストレス 明日の病気】「いんぎん」夏になると湿疹、出血、カサブタに](#) 7.6
- ▶ [進行を抑えるには朝フルーツがカギ 「朝食と老化」](#) 7.6
- ▶ [【医の常識非常識】有効だった「うがいと手洗い」](#) 7.5
- ▶ [【1分で判明！病気チェック】早めのケア、治療が肝心 男性型脱毛症](#) 7.5
- ▶ [【薬ものがたり】日々の疲れに前向きチャージ「エスカップ」](#) 7.5
- ▶ [【知りたくもない！？カラダの不思議】動物も夢をみるのでしょうか？](#) 7.3
- ▶ [【ED タチのいい話、悪い話】硬さ・太さより親密度 女性が考える「セックスで重要なこと」](#) 7.2
- ▶ [【イっちゃんのひとつ押し】肘全体の痛みの軽減 必ず関節を90度に曲げて行う](#) 7.2
- ▶ [【ニッポン病院の実力】ホットライン開設や24時間MRI 神戸市立医療センター中央市民病院](#) 7.2
- ▶ [【ブラックジャックを探せ】てんかん治療における日本の第一人者](#) 7.1
- ▶ [油断できない前立腺がんの悪性度 普通は進行速度が非常にゆっくり](#) 6.30
- ▶ [【女医ドルリレーコラム】熱中症の落とし穴 愛松直子先生](#) 6.30
- ▶ [肥満改善薬 専門家がすすめる効果的な飲み方とは](#) 6.29

- ▶ [【女医ドルリレーコラム】熱中症の落とし穴 愛松直子先生](#) 6.30
- ▶ [肥満改善薬 専門家がすすめる効果的な飲み方とは](#) 6.29
- ▶ [【Dr. 石坂の男性相談室】クラミジアに感染すると不妊症になる？](#) 6.28
- ▶ [【1分で判明！病気チェック】消化器の専門医以外は治療困難 機能的胃腸症](#) 6.28
- ▶ [【医の常識非常識】インフルへの「過剰」反応で被害最小限に](#) 6.28
- ▶ [【薬ものがたり】「カンボウ専科 柴胡桂枝湯A\(さいこがいしとう\)」](#) 6.28
- ▶ [夜になると「恥ずかしいもの」書いてしまうのはなぜ？](#) 6.26
- ▶ [【ニッポン病院の実力】手術ができない場合の“強力な武器” 関東中央病院](#) 6.25
- ▶ [【ED タチのいい話、悪い話】勃起力低下は女性の不調も招く](#) 6.25
- ▶ [【イっちゃんのひと押し】肩の凝り緩和され五十肩の予防も 肩甲骨回りの筋肉の可動をよくする](#) 6.25
- ▶ [【ブラックジャックを探せ】マッケンジー法で腰痛治療に一石](#) 6.24
- ▶ [虫歯・歯周病を根治する「殺菌水」療法 原因菌いなくなればOK](#) 6.23
- ▶ [【女医ドルリレーコラム】ワキ汗の匂いは注射でおさらばしましょう 黒田愛美先生](#) 6.23
- ▶ [【今日のストレス 明日の病気】頸肩腕症候群 コリが痛みになり首から肩、背中に広がり](#) 6.22
- ▶ [メタボの人は禁酒より“禁食”肝機能アップの常識ウソ、ホント](#) 6.22
- ▶ [【医の常識非常識】スポーツ常識のウソ\(3\)「スポーツ心は病気ではない」](#) 6.21
- ▶ [【1分で判明！病気チェック】唯一の予防法はコンドーム HIV感染症](#) 6.21
- ▶ [【Dr. 石坂の男性相談室】ED対策に睾丸冷やして大丈夫？](#) 6.21
- ▶ [【薬ものがたり】歯グキに優しく歯周病予防「デントヘルス薬用ハミガキSP」ライオン](#) 6.21
- ▶ [【知りたくもない！？カラダの不思議】髪の毛の伸びが速い人はスケベか健康か](#) 6.19
- ▶ [【ニッポン病院の実力】「肺がん」術式よりも中身にこだわる手術道 神奈川県立がんセンター](#) 6.18
- ▶ [【イっちゃんのひと押し】椎間関節をほぐす 背骨の痛み緩和と働き向上のひと押し](#) 6.18
- ▶ [【ED タチのいい話、悪い話】悪ふざけで陰茎を入れると危険！](#) 6.18
- ▶ [【ブラックジャックを探せ】肺がんなどの手術の痛みを最低限に…最新技術習得に労を惜しまず](#) 6.17
- ▶ [突然訪れる死の前触れを見逃すな！ 中高年ED](#) 6.16
- ▶ [【女医ドルリレーコラム】再び注目を集めるO157って？ 小林美貴子先生](#) 6.16
- ▶ [【今日のストレス 明日の病気】皮膚のかゆみ 高度なメンタルケアが必要な場合も](#) 6.15

注目サイト | [ネット証券](#) | [バイト](#) | [格安航空券海外](#) | [FX](#) | [通販](#) | [キャッシング](#) | [転職](#) | [自転車グッズ](#) | [ランニングの季節](#) | [美女アスリート](#) | [サーフィン部](#) | [ゴルフクラブ選び](#) |