

# 皮膚科からhotな話題：陥入爪（巻き爪）について



陥入爪はほとんどが足の第1趾におこります。外反母趾の方に多い傾向があります。中には肉芽を作ってしまうこともあります。ドラッグストアなどでフットケアコーナーの充実をみると、悩んでおられる方が多いのがわかります。皮膚科外来でもよくご相談を受けます。



一番大切な予防・治療は爪の切り方です。特に第1趾は深爪、つまり切りすぎに注意し、角を残し、少し長めに切るようにしましょう。



②次に形状記憶合金の針金を用いる方法もあります。ただ、靴下が破損することなどから余り行わなくなりました。ご希望があれば当科でも対応可能です。1本5700円の自費診療になります。



③2011年より形状記憶合金のクリップを用いる方法を導入しました。ご自身で着脱するものです。ご希望があれば実費で当科で購入できます。

こうした予防と治療で多くの方が改善しています。爪母を壊す手術療法は当科では行わなくなりました。

①基本の治療はアンカーテーピングつまり、テープにより爪と皮膚を離すことです。もう1本縦にテープを足すこともあります。これは肉芽を作ってしまった場合にも有効です。

テープはエラテックスがお勧めです。