

医師が教える「美・健康ナビ」

医師による美と健康に役立つア
ドバイス「美・健康ナビ」を毎月1
回、シリーズで連載しています。

第24回

夏の肌トラブルを防ごう

「清潔さ保ち患部を触らない」

暑さも本番。汗や紫外線など、夏の肌は強いストレスにさらされています。この季節に多い皮膚トラブルの原因や治療についてお話しします。

細菌やカビなどの真菌は、高温多湿の環境で繁殖し、感染症を起こします。特に子どもの「とびひ」(伝染性膿痂疹)は治りにくく注意が必要です。とびひは、汗もや虫さされのひっかき傷などに黄色ブドウ球菌や化膿レンサ球菌が入り込み、感染することで発症します。治療には飲み薬と塗り薬を使用しますが、肌を清潔に保つことが一番大切です。菌の付いた手で他の場所を触ると患部が広がります。爪は短く切り、かいてはいけません。ばんそうこうやガーゼで患部を覆うと、菌が増殖し逆に悪化するケースも。貼りっぱなしは避け、患部を清潔に保ちましょう。

大人でも、汗を多くかき不潔にしていると、マラセチアなど皮膚の常在菌が増え、脂漏性皮膚炎、おできなどの疾患につながる場合があります。まめに手洗いや入浴を行い、肌を清潔に保つよう心がけてください。



こうしょう
木下 孝昭先生

医療法人社団 孝昭クリニック院長
医学博士