

心と体のメンテナン

11月のトピック ◆ 足に関する悩みと病気

林美香先生



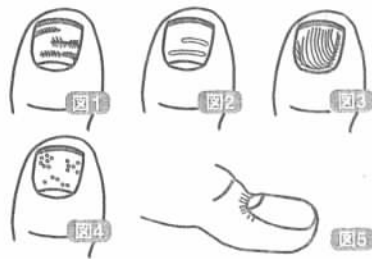
足病形成手術専門医師。ニューヨーク足病医科大学卒業後、聖ビンセント病院足病外科・医科研修修了。外反母趾や骨折など足病外科・再建手術、スポーツに伴うケガ治療・歩行矯正などのスポーツ医学、創傷ケア、関節炎、足の多汗症、水虫など足病一般が専門。骨折手術・皮膚移植など500件以上を執刀。

爪からわかる体の異常

AQ 手足の爪の状態とその原因は？

爪の異常は心身の変化のサインです。治療が必要になるほど深刻な問題はないのがほとんどですが、中には爪の病気が、重大な内臓の病気が隠れていることもあります。手足の爪を観察して、病気が疑われる場合は速やかに医師の診察を受けて下さい。

①**横溝(図1)** 爪に深い溝(線)が横に入った状態です。発熱、手術、爪付近の外傷、精神的ストレスなどにより爪の生成が一時的に止まると、その部分が溝となつて現れます。爪は1週間に約1ミリ伸びるので、根元に溝までの距離を測れば、生成が止まった原因がいつ生じたかがわかります。複数の爪に、表面がポコポコになるほど何本も溝がある場合は、まれに肝臓や腎臓の病気が疑われること



もあるので、医師の診察を受けて下さい。乾癬(かんせん)患者も、爪の生成がおかしくなることがあります。関節炎や発疹もある人は、乾癬の可能性があります。

②**白線(図2)** 爪に白い線が横に入った状態です。①と違い、線に沿って凹みはありません。短い線は、ストレスによるものなので心配はありません。爪全体に延びた長い線は、砒素中毒患者に見られます。

③**さじ状爪(図3)** 爪が全体的に凹み、スプーンのように反り返った状態です。若い女性に多く見られる貧血の特徴的な変化で、鉄分を摂取すると治ります。製薬会社や大学の研究室で化学物質を日常的に扱っている人も、爪が弱くなり凹んでしまうことがあります。

④**乾癬爪(図4)** 爪の表面に針が刺したような小さな穴が複数できた状態で、乾癬の典型的な症状です。乾癬の症状は一般的に最初に爪に現れます。最近では若い女性患者が増えており、病気が知らず「マニキュアなどで爪を隠している人が少なくありません。医師の診察を受け、治療を始めて下さい。

⑤**バチ状爪(図5)** 爪は正常ですが、指の第2関節あたりから爪の中央にかけて異常に盛り上がり、横から見るとテニスラケットのように見えます。クロール病などの炎症性腸疾患や、がんを含む深刻な肺疾患が潜んでいる危険があります。すぐに医師の診察を受け、バチ状爪を起している病気を探すことが先決です。

⑥**黄色爪** 全体的に黄色く変色した爪で、爪水虫、乾癬、呼吸機能が低下する慢性閉塞性肺疾患(COPD)が疑われます。COPDは喫煙者がかかり易い病気です。マニキュアの長期使用も変色の原因です。