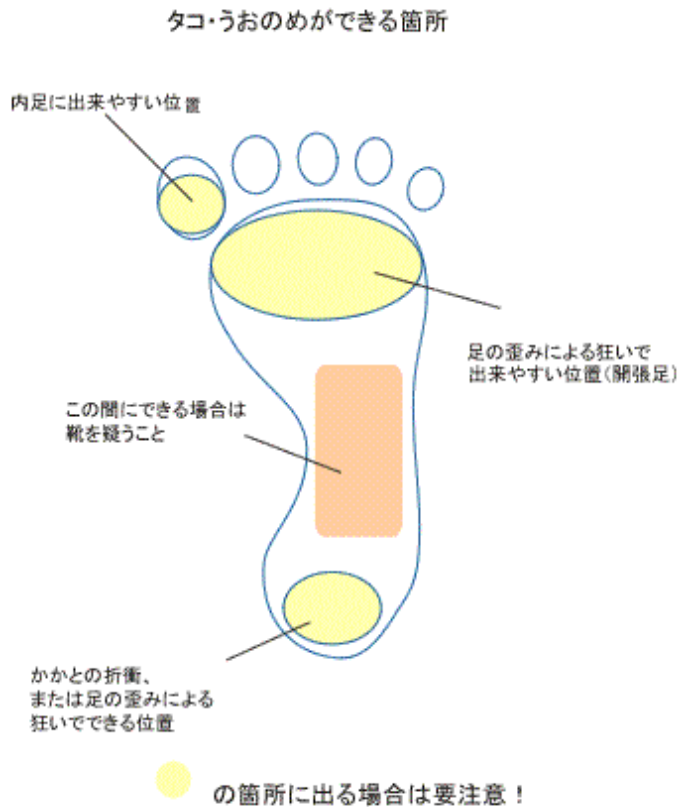




タコ・うおのめの症状と原因

タコは皮膚が「肥厚」して分厚くなったもの。
タコが発展して魚の目と言われる芯が皮膚の深いところまで伸びていくと、神経に触れて痛みを生じます。歩くたびに痛むようなら、かなりつらいはず。タコ・魚の目のできているところには過度な圧力や負担、衝撃などからだに悪いストレスが「継続的に」かかっています。
タコ・魚の目(ウオノメ)は足が悲鳴を上げているSOSサインなので気をつけてください。

足の特定の部分に毎日継続的に圧力や衝撃が加わると、からだの防御反応として(つまりからだはその部分を攻撃から守ろうとして)皮膚を厚くしていきます(皮膚の肥厚)。よく耳にする「角質」とは、その部分の皮膚細胞が死んだ「カス」のことです。そしてその角質がもっと硬くガシコな状態が「タコ」、さらに圧力がかけられて角質層の下に「芯」ができてしまうのが「魚の目(ウオノメ)」です。



改善方法

タコやうおのめ程度と軽く考えて放置している方は多いと思います。重症になってから処置しても、足の歪みそのままなら、また同じ箇所にてきてしまいます。まずは出来た箇所の足の状態を知って、足の歪みから改善していきましょう。