



足元から、より美しく、より健やかに。

フットケアを積極的に取り入れましょう！

-運動以外でもできる簡単な健康法がフットケアです。-

2月は本当に寒い日が多く、北海道から九州にかけて広く全国で氷点下の冷え込みが続き、水道管の破裂なども相次ぎ、街の水道屋さんはてんてこ舞いだったそうです。

また、北陸の福井県を中心に積雪が酷かったのも記憶に新しいところです。国道8号線では自動車1,500台が立ち往生し、丸4日ほど動けなくなり、自衛隊による懸命な除雪作業が連日、報道されていましたが、自然の猛威について、改めて感じさせられました。

さて、この冬、雪かきでやりたくない運動をされた方もいれば、あまりの寒さに家の中に閉じこもってしまい、運動不足という方も多いのではないかと思います。そろそろ春に向けて、健康のことと考えて、運動をなんてことを考えている方も多いのではないでしょうか。

桜などの樹木では、枝木につぼみがつくのは、3月の後半になってからだと思いますが、街の中にある季節の移ろいを観察しながら五感を刺激するお散歩やジョギングをするというのは、健康法としてはとてもいいそうです。

最近は、何かと技術が進化してしまい、移動には車を使い、調べものにはスマホを使い、ものを考えたり、感じたりするという能力が人間から失われているという話もあります。

是非、この春は視覚、聴覚、触覚、味覚、嗅覚の五感をたっぷりと鍛える散歩をして、散歩が終わった後に気持ちのいいフットケアを日常生活に取り入れてみませんか。

何人に1人が水虫？

大源ニュース

2018年3月号

それを裏付けするかのように、10代の方よりも60代以上の方の方が、水虫を患う確率は20倍も高いそうです。

つまり、高齢者が増えれば増えるほど、水虫の感染者も増える可能性が高いという仮説ができます。

ちなみに、高齢化社会となった日本では、10年前と比較すると65歳以上の方は、随分と増え、平成28年9月の推計で、なんと3461万人いるそうで、日本人の3人に1人は高齢者だということになります。

では、65歳以上の方がどのくらい水虫になっているのでしょうか。

そんな、疑問を解消してくれるデータを保健医療技術学部の藤谷教授が調査をされておられました。

その調査結果によると、65歳以上の高齢者の方だけを見た場合、水虫の感染者の割合は、なんと2人に1人が水虫だったそうです。

感染者数が増えるということは、感染源がそれだけ増えるということですので、全体で見た場合、全体の水虫の感染者数は4人に1人ではなく、3人に1人になっている可能性も否定はできません。

水虫の何が怖いのか！？

ところで、水虫というのは、他の病気に比べて、死に直結する訳ではなく、生活への大きな支障もないのに、10年以上放置という方もおられ、水虫の何が怖いのかをそもそも知らない方が多いと思います。

たしかに初期の水虫というのは、見た目こそ嫌がられるものですが、人によってはあまり気にならないという方もおられるようです。

4人に1人が水虫は古い！？

日本人の4人に1人が患っていると言われている国民病「水虫」。

この4人に1人というのは、2007年に日本皮膚科学会が行った調査結果だそうで、もう10年以上も前のデータだそうです。

10年も経つと、様々な変化が起こります。この4人に1人というデータも変わっているのではないかと思い、知り合いの皮膚科医に聞いてみたところ、正確なデータは分からぬが、確かに水虫の患者さんの割合は増えているかもしれないという回答をもらいました。

そんな中、興味深いデータと面白い仮説がありましたので、今回、ご紹介したいと思います。

65歳以上の2人に1人が水虫！？

水虫というのは、老若男女問わず、感染する皮膚病ですが、昔から高齢者の方のほうが、若い方よりも水虫を持っている方が多いという話はよく知られている話です。

これは高齢者の方が、水虫の原因菌である白癬菌を保持している期間が長いということに加えて、老化によって新陳代謝が悪くなるだけでなく、角質層のケラチンが厚く、白癬菌の栄養源が豊富にあるということが、要因としてもあげられます。

では、そのまま水虫を治療もせずに放置していると、どうなるのか。

その一つが爪水虫による歩行困難です。

爪水虫は、水虫の原因菌である白癬菌が、爪に感染して起こる病気で、爪が白濁色や黄色に変色する病気です。

爪の色が変色し、厚みが増して、最終的には爪がボロボロと崩れていきます。この病気の怖いところは、爪が剥がれることによって、歩行困難になってしまふことです。

足の爪というのは、歩く際の体の全体重を支える重要な役割をしているのですが、この爪がボロボロと崩壊していくと、歩く際に痛みを伴ってしまい、歩行が困難になってしまいます。

高齢者の場合、歩行困難は生活の質（QOL）を下げるだけでなく、痴呆症などの原因にもなると言われており、全身の筋肉を落とすことで寝たきりになる原因にもなります。

特に、この爪水虫は、水虫を長く患えば患うほど、疾患の確率が高くなると言われていますので、今30～50代の方は、油断することなく、治療をしておかないといけない病気だと言えます。

【フットケアで水虫を予防しよう】

水虫治療は水虫薬を使えば良いとして、どうすれば感染源を断ち切れるのでしょうか。

水虫の感染者数が日本人の3人に1人にならうとも、2人に1人とならうとも、普段のフットケアを心掛けて、清潔にしておけば、実は何も心配りません。

白癬菌は、白癬菌が皮膚に付着してから、角質層を溶かして感染するまで少なくとも24時間程度の時間が必要だと言われているのですが、その前にフットケアのアイテムを使えば、感染することはないのです。

大源製薬には、さまざまなフットケアのアイテムがありますが、今回、その中からお薦めのアイテムをご紹介したいと思います。

【おすすめアイテムのご紹介】

【エフゲン薬用デオソープのご紹介】

まずは毎日洗う石鹼のご案内です。

大源製薬が昨年、発売をしたエフゲン薬用デオソープは、抗真菌薬成分であるミカノゾール硝酸塩と抗炎症作用のあるグリチルリチン酸ジカリウムの2つの成分で、皮膚の洗浄、殺菌、消毒を行い、水虫を予防する固体石鹼です。

足の嫌なニオイというのは、雑菌が汗や皮脂などと結びついて出来る化合物なのですが、この石鹼を使うと、除菌力が高いため、ニオイの元を断つことができます。

また、この石鹼の凄いところは、足だけでなく、顔や全身を含めて使える薬用石鹼だということです。

まさに最強の固体石鹼だと言えると思います。



■エフゲン薬用デオソープ 商品 QR コード



販売 URL :

<http://www.e-daigen.co.jp/site/Ip-deosoop/index.html>

販売価格：1,200円（税込み・送料別）

【足湯入浴剤贅沢 JUYAKU のご紹介】



次に、お薦めするフットケアのアイテムが「足湯」です。

足湯には、「冷え性の改善」「安眠」「免疫力アップ」「リフレッシュ」「疲労回復」「足の清潔保持」などがあり、毎日15分程度足湯に入ることで、体がポカポカし、荒れがちなこの季節の角質層のケアも行うことができる他、足元を清潔にすることで水虫の予防にも効果を得られることが分かっています。

また、アンチエイジングの効果も高いと言われており、高齢者の方にとっては、気軽な入浴方法として、お薦めの入浴方法であります。

大源製薬の発売している足湯専用の入浴剤「贅沢 JUYAKU」は、入浴効果を高める炭酸ガスと漢方由来の3つの成分を入れて、入浴効果を高めています。

また、天然成分シリカを配合したこと、入浴後に足元がツルツルに感じていただける入浴剤となっています。

寒い季節はまだまだ続きます。是非、お得な足湯バケツとのセットとともに、大源製薬のフットケアをお試しください。

■贅沢 JUYAKU 商品 QR コード



販売サイト：

<http://www.e-daigen.co.jp/site/Ip-juyaku/index.html>

【大源製薬の公式アプリの特典とは】

大源製薬の公式無料アプリをインストールして使うと、フットケアの相談が受けられる「フットケア相談室」のサービスが始まりました。

これまでの相談内容も、ドシドシ掲載される予定ですので、フットケアを知りたいという方には、とっておきの情報です。

iPhone/iPad用の方は、App Storeで、Android用の方はGoogle Playでアプリをインストールすることが可能です。

「水虫薬」や「フットケア」では非検索してみてください。

なお、こちらのQRコードからもダウンロードが可能です。

QRコードはこちら



お得な情報などを盛り沢山で配信していますので、是非、皆様のスマホにインストールしてみてください。

【編集後記】

2月の中旬の段階で、インフルエンザの患者数が過去最多を更新しました。この冬は、大人も子供もインフルエンザに苦しめられた方が多かったようですが、まだインフルエンザへの警戒は緩めではいけません。外出後の手洗い、うがい、そして外出時のマスクは予防の基本ですので、お忘れないようにしてくださいね。

さて、今回もご拝読、ありがとうございました。

引き続き、大源製薬のご愛顧を宜しくお願い致します。

【3月の大源製薬の定休日】

大源製薬の定休日は、土曜、日曜、祝日です。3月21日（水）の春分の日は祝日のため、定休日となっております。何卒ご了承を宜しくお願いします。