

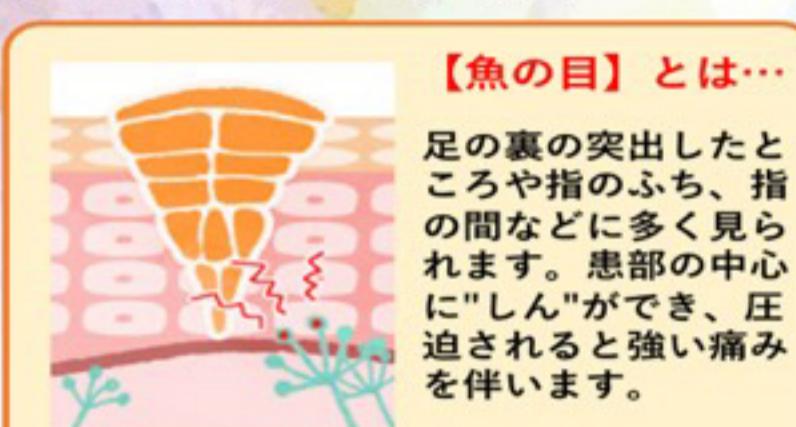
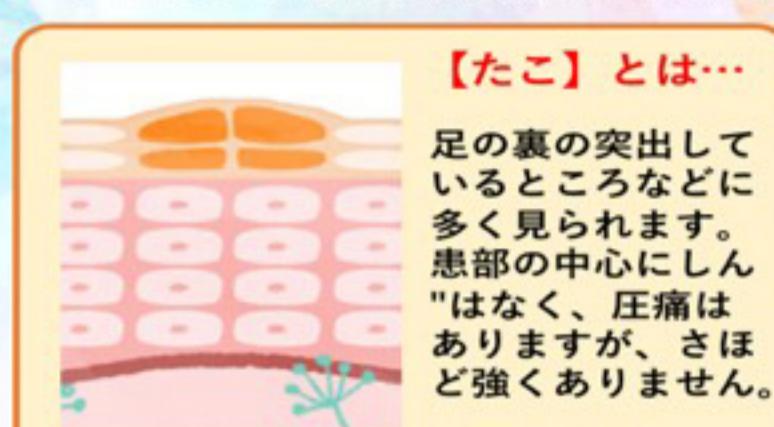
あっという間に春が過ぎ去り、季節は梅雨に移り変わっていきます!! 真夏日のような暑さを感じる日も…気候の変化はありますが、体調管理に気をつけましょう! 2021年も残り半分!! 今年やろうと思っていて、まだできていないこと…まだ半年あります! どんどん挑戦していきましょう!

足の角質トラブル

たこ・魚の目・SOSサイン

◆ 魚の目・たこはどうしてできるの?

たこ・魚の目は、圧迫や摩擦刺激に対する皮膚の防御反応です。特定の部分に圧力がかかり、皮膚が刺激されると、角質が厚く硬くなります。サイズの合わない靴を履いたり、足型のゆがみに関与しています。



◆ 角質が厚くなりやすい場所と原因は?



《小ゆびの付け根付近》
ハイヒールなどによる圧迫
先端の細い靴

《ゆびの関節》
サイズが小さい靴での圧迫
サイズが大きい靴で抜けないよう踏ん張る

《ゆびとゆびの間》
先端の細い靴
サイズの合わない靴

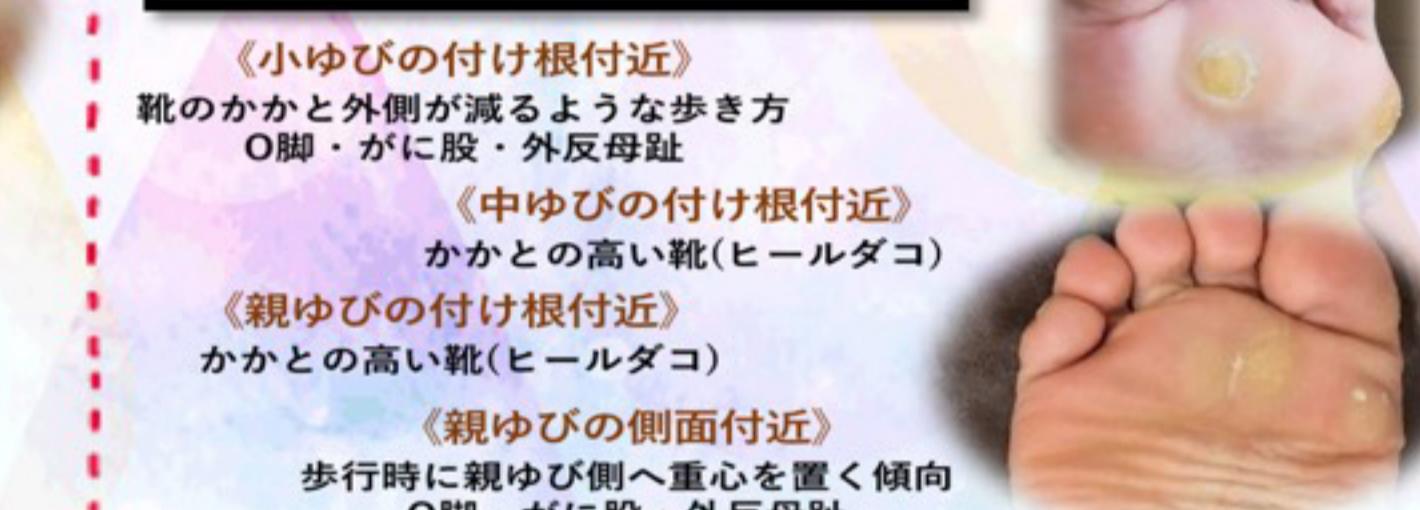


《小ゆびの付け根付近》
靴のかかと外側が減るような歩き方
O脚・がに股・外反母趾

《中ゆびの付け根付近》
かかとの高い靴(ヒールダコ)

《親ゆびの付け根付近》
かかとの高い靴(ヒールダコ)

《親ゆびの側面付近》
歩行時に親ゆび側へ重心を置く傾向
O脚・がに股・外反母趾



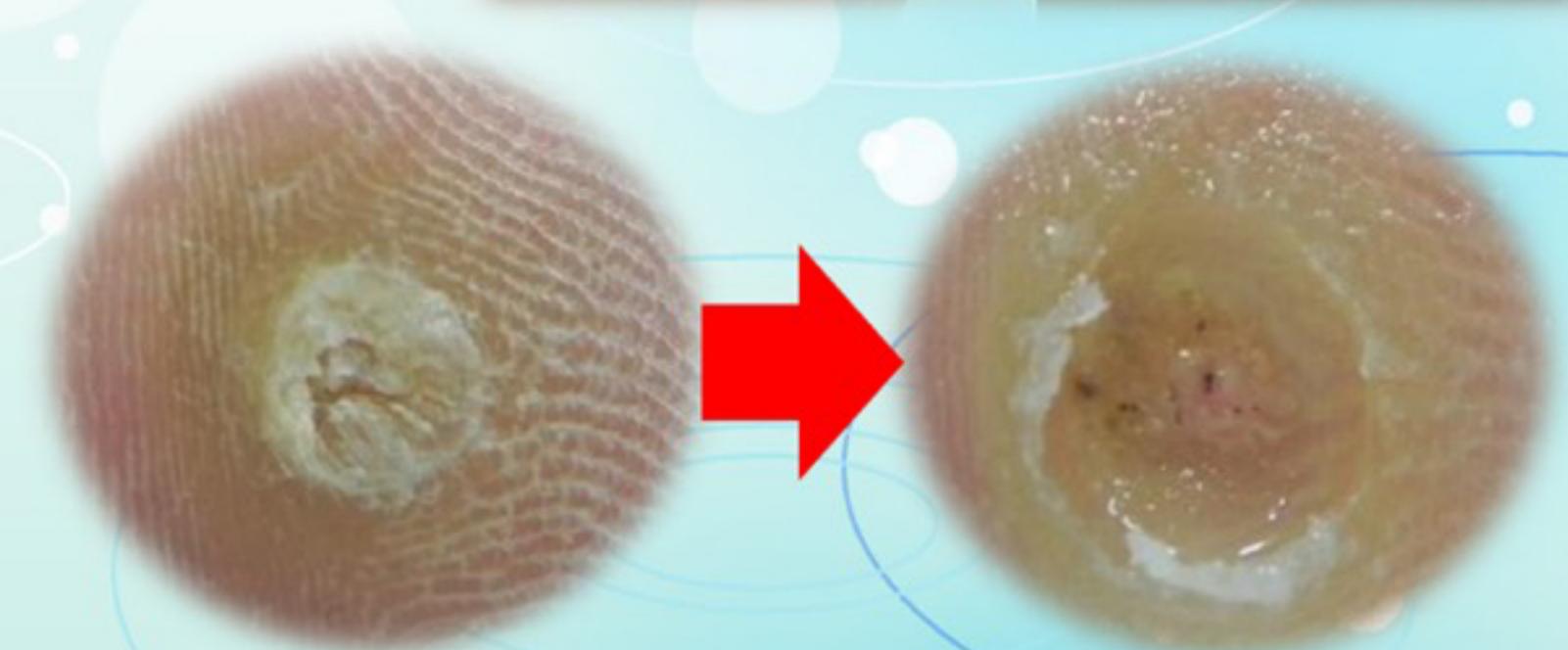
《かかと周辺》
サイズの合わない靴
乾燥



タコ? 魚の目?

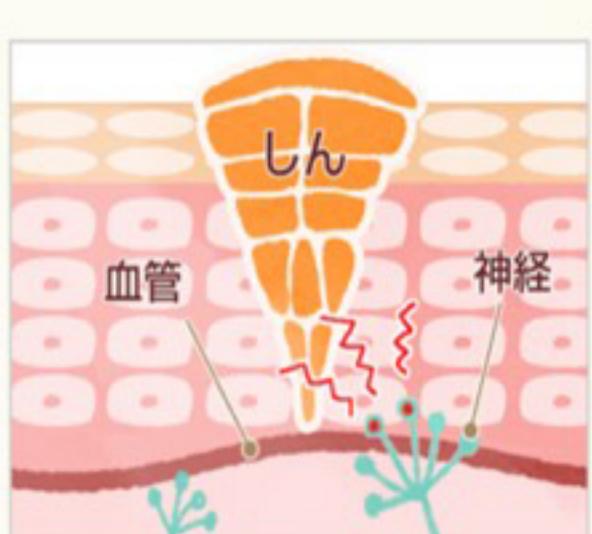
それは『イボ』かもしれません!!

*すべてイボの写真です

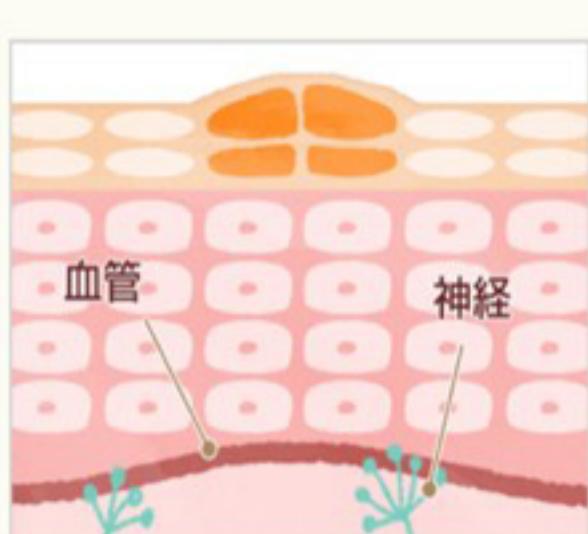


皮膚科でイボの表面を削ってみた写真です。
このように、黒ゴマのような点々とした出
血があらわれることがイボの特徴です。

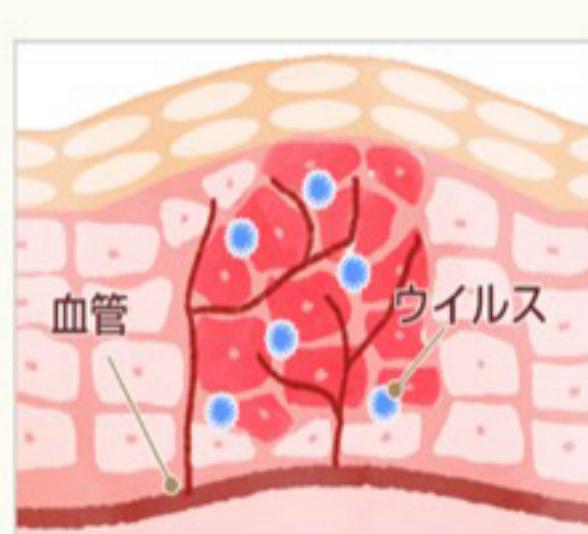
魚の目の特徴



たこの特徴



いぼの特徴



- 押すと痛む。
- 硬くなった部分を少し削つても出血しない。

- 押してもほとんど痛まない。
- 削っても出血しない。

- つまむと痛い。
- 削ると点々と出血がある。
- 表面に細かいギザギザがある。