

今日のストレス

明日の病気

陥入爪かんじゅうそう

デキるビジネススマンは身だしなみに気を遣う。とはいえ、それにも限度がある。足の爪の手入れのし過ぎが、「陥入爪」という病態を作り出すことをご存じだろうか…。

いわゆる「自分好き」のYさん(30)。髪は週に1回美容院で整え、メンズエステにも頻繁に通う。決して高くない彼の給料の大半は、内面ではなく外見の「自分磨き」に費やされる。

「爪」だってそうだ。2日に1度は爪切りで切って、ヤスリで丁寧に磨き上げてニヤニヤする。

ところが、そんな彼の足の親指の爪が、エライことになっている。爪の両端が内側に曲がり込み、指の肉に食い込んでくるのだ。出血して化膿して、痛みは増すばかりだが、見た目第一のYさ

んは、苦痛を顔に出さない。痛みを耐えて歩きまわすのは周囲の笑いを

足の親指の爪が肉に…苦痛 爪切りのし過ぎで悪化の二途

さしすめ、足爪、ツメすぎで…



イラスト・メソポ田宮文明

誘うのだが、それに気がかず取って歩く。一步一歩、爪の角が確実に親指の肉に食い込んでいく。痛そう…。

状況改善を図るべく、彼は暇さえあれば足の爪を切るのだが、事態は悪化するばかり。どうすればいいのだ。

「陥入爪」という病態で、すごく痛いですよ」と話すのは、東京・板橋区にある「常盤台らいおん整形外科」院長の小崎直人医師。

続けて解説する。

「陥入爪とは、爪の角が軟部組織に食い込んで炎症を起こした状態。よくある症例としては、巻き爪の状態です。歩いて爪が食い込むので爪を短く切る。切った爪が伸びる時に軟部組織に刺さって化膿する」というもの。爪を切れば切るほど悪化していくのです」

対策は、爪を伸ばすこと。しかし、陥入爪になる人の多くは、「短く切らなければ」と思い込んでいる。その思い込みが事態を悪化させるのだ。

爪の両端にチューブを装着したり、爪の先端に形状記憶合金のワイヤーを付けて陥入を防ぐ治療が取られるが、最悪の場合は爪の両端を根元まで切除して爪を細くする手術が必要になることもある。

「爪切りのし過ぎが原因なのに、手入れをしないとストレスになる神経質な人に多い病態」と小崎医師。確かに足の爪を切る時のYさんの表情は、恍惚そのものだ。

悪化すると、まともに歩けなくなることも…。自分磨きもほどほどに。

(長田昭二)