

# 陥入爪や巻き爪の治療

陥入爪や巻き爪の原因は、

- ① 先の細い靴を履いているため爪が両側から圧迫される
- ② 小さい靴で足の趾どうしが当たり、隣の趾爪で皮膚が傷つき腫れて爪が皮膚にくい込む
- ③ だぶついた靴のため靴と趾がこすれ足の趾に傷がつき、爪が皮膚にくい込む
- ④ 痛いので深爪し、爪の圧迫が無くなった爪下組織がもり上がって爪が皮膚にくい込む



などが考えられます。このような事からもハイヒールは諸悪の根源と考えられます。また深爪に注意が重要で、趾尖の皮膚より長目に爪を切るようにしましょう。さて陥入爪や巻き爪の治療ですが、以前は手術で爪の両側を切除する方法が良く行われていました。しかし爪の巾が狭くなって見ばえが悪くなりますし、再発する事も多くありました。このため最近矯正具による治療が一般的になってきました。この治療には、

- A) VHO(3T0)：金属ワイヤーを爪の縁にかけて矯正する方法
- B) ポドフィックス、B/Sスパンゲ、マチプレート：プラスチックプレートや金属バネを爪に貼って矯正する方法
- C) マチワイヤー：超弾性ワイヤーを爪の先にかけて矯正する方法

などがありどれも一長一短があります。

A)は効果はよいのですが、炎症のある爪の縁にワイヤーをかけるのでどうしても痛みが伴います。B)は痛みは伴いませんが、うまく爪に貼り付けるのが困難です。C)は痛みも伴わず固定もしっかりするのですが、爪の先端にかけるので根元の爪矯正が不十分になりやすいです。

当院ではC)のマチワイヤーによる治療をします。爪の先端にワイヤーをかけるため爪が短いとかけられません。痛くても爪を切り込まないで伸ばして来院してください。爪が伸びていればすぐにワイヤーがかけられます。ワイヤーかけ後も日常生活に不自由はありません。数日で陥入爪や巻き爪の痛みが消えていきます。ただしワイヤーかけした趾の爪は切れませんので、3か月程度すれば爪が伸びて引っかかるようになりじゃまになります。爪ヤスリは使えますのでヤスリがけしてください。この頃には陥入爪や巻き爪が広がってきていますので、受診して頂ければワイヤーを取って爪切りをします。この間陥入爪や巻き爪の原因をのぞくようにしてください。相談のための受診は保険がききますが、ワイヤーかけは保険がききません。