

# Wata ame

【わたあめ】

国立病院機構宇都宮病院  
皮膚・排泄ケア認定看護師  
通信

ご自由におもちください

創刊号 2021 summer has come!



## 梅雨明けで

## サンダルはく前

## 要チェック!

【連載エッセイ】

12 星座美意識や魅力の考察

かに座の女性

【創刊のごあいさつ】

# 梅雨明けて、サンダルはく前要チェック！



7月になりましたが、雨の降る日が続いていきますね、梅雨が明けるのが待ち遠しいです。

じめっ、と湿気が多いこの季節です。お洗濯を部屋干しすると雑巾のようなにおいがすることありませんか？これは長い時間、濡れたままにしておくと真菌などの雑菌が増えてしまうからです。じつは人間の皮膚にも同じようなことが起こる時があります。

人間の皮膚に住み着いた真菌による病気では、水虫やタムシが良く知られています。汗などで表面が湿りそのままの状態が続くと、皮膚を守るバリアが弱くなり、真菌が皮膚に侵入していきます。普段風通しの悪い足や陰部など、皮膚の重なる部分は特に注意が必要です。

真菌が爪に住み着くと変色や変形がみられ、頭部ですとフケが増えるようになります。



軽い症状を放置しておくと、見た目にも変化が現れてしまうのです。においや見た目のケアに対して意識の高い方は、弱酸性の洗浄剤を選択することはもちろんのこと、「ミコナゾール硝酸塩」を配合したカビの増殖をおさえる効果のあるものを使用しているようです。このほか、銀イオンを含む靴下や靴の中敷きなどもあります。病院で使用する薬剤などに銀イオンが使用されているものもあるので、試す価値はありそうですよ。

すでに症状がある方は皮膚科を受診しましょう。

\*写真\*

ミコナゾール硝酸塩配合商品例  
コラーージュフルフルシリーズ



## 12星座の美意識や魅力の考察

### かに座の女性(ひと)



かに座の女性は一般的に、母性的な愛情が豊かでアットホームな優しい女性が多いといえます。

私の知っているかに座の友人は、自身の誕生日会に近所だった私を招待してくれました。ご馳走をふるまい、住宅地にもかかわらず、みんなでカラオケ大会になりました。(昭和時代の話です)

今はどんな素敵なマダムになっているのでしょうか。当時まだ小学生だった彼女、仲間を思いやり、いつも穏やかな微笑みが女神さまのようで、一緒にいるとホッとする女性でした。かに座女性いつも癒されています。あなたの存在にありがとう。

## 【 創刊のごあいさつ 】

このたび地域にお住いの皆さんと、より身近に繋がっていたという思いから、【わたあめ】を創刊いたしました。

皮膚・排泄ケア認定看護師という立場から、皆様の暮らしの中でお役に立てる情報が発信していければと思います。

コロナ禍になるまでは、地域の公民館で排泄に関する悩みについて出前講座をさせていただきました。今ではその頃が懐かしいです。また皆さんと楽しく笑いあえる日がくることを願って、【わたあめ】お届けしていきたいと思えます。



皮膚・排泄ケア認定看護師  
土田 桂子

参考文献:医学出版:WOC Nursing 89,2021.