

爪のギモンQ&A 中西ドクター教えてください!

読者から寄せられた、爪に関する素朴な疑問に答えてもらいました

Q
二枚爪はどうしてできるの?
(40代・主婦)

A 爪は1枚ではなく3枚の層で構成され、爪の乾燥や爪への衝撃で上の層が割れて二枚爪に見えるのです。乾燥をさけるためにこまめな保湿ケアを。またネイルを落とす除光液にはアセトンという有害物質が含まれ、爪の油を奪ってしまいます。使用頻度には注意を!

Q
ささくれができやすく困ってます
(40代・会社員)

A ささくれの原因もズバリ乾燥です。ささくれを無理に引っ張って取ろうとすると、感染の恐れもあります。根元だけをカットすることを心がけて

Q
爪って呼吸しているの?
(30代・会社員)

A 爪は、皮膚を作るたんぱく質が角質化したもの。見えている部分はすでに死んだ細胞なので呼吸はしません。ただ爪の表面からは常に水分が蒸発しているので、健康な爪を保つためには保湿が欠かせません

Q
甘皮の処理って必要ですか?
(20代・学生)

A 爪と皮膚の間にある薄い皮膚が甘皮「爪上皮(そうじょうひ)」です。爪を作る「爪母(そうぼ)」を細菌やウイルスの侵入から保護する働きがあります。甘皮にも役割があるので、余分な甘皮を除いたり適度なケアにとどめましょう

スツピンでも 美しい爪

あなたは、ネイルでごまかさないうスツピンの爪に自信がありますか? トラブルの原因を知り、正しいケアで美しい爪を目指すコツを各専門家から伺いました!

正常な爪の色はピンクです!

艶のあるきれいな指先は女性の憧れですが、髪や顔に比べて爪のケアはついつい怠りがち…。ネイルのオフ状態がなく「自爪の状態がわからない…」という人も多いのでは?

形成外科の中西医師は「家事や職場で指先を使うことが多い女性は爪のトラブルはつきもの。大半が爪の乾燥によるものですが、なかには病気のサインが現れていることもあります」。また爪への刺激や除光液の使い過ぎにもトラブルの要因はあるそう。中西医師に爪に関する疑問、色や形で考えられる原因について伺いました。



お話を伺ったのは…

熊本機能病院 形成外科
中西 いずみ医師

昨年からはネイルケア外来(爪外来)がスタート。陥入爪や巻き爪などの爪に特化した診療を行っています

●ネイルケア外来
毎週月曜/14:00~16:00
☎096-345-8111

爪は健康のバロメーター

あなたの爪の状態をチェック!

あくまで健康チェックの目安です。気になる場合は専門医院を受診しましょう

縦じわが入る

乾燥によるもの。年齢を重ねると乾燥しやすくなるのでこまめに保湿ケアを。赤ちゃんの爪に縦じわが入ることがありますが、成長に伴うもので心配はいりません

横じわが入る

栄養状態がよくなかったり、身体の不調やストレスなどで爪の成長が抑えられたことが原因。浅くて太い溝は、糖尿病の悪化など栄養障害の場合も…

二枚爪

爪の乾燥や爪への衝撃が原因です。指先を酷使することを控え、尿素が入ったクリームなどで保湿を。病気としては貧血が考えられます

スプーン型の爪

爪の先端がそり中央がへこむスプーン爪。爪を噛むなどの慢性的な刺激を受けているか、貧血や甲状腺の病気も疑われます

爪の下が白い、一部が白い

爪の下が白っぽい場合、貧血や腎臓病などの病気が疑われます。また爪と爪の下の皮膚に隙間ができ、爪の一部が白く見えることも。ネイルを無理やりはがすなどの外的刺激やカンジダ菌の感染も…

爪全体が白い

爪の水虫「爪白癬(そうはくせん)」で、足の指に多いです。爪水虫の場合、足の皮膚も水虫に罹っている事が多数。普段から清潔を心がけ、うつす前に専門の医療機関を受診しましょう

黒くなる、黒い縦線が入る

指先に強い衝撃を受けると内出血で赤黒い色に。また線状に黒くなるのは良性のほくろです。稀なケースで皮膚がんの一種「悪性黒色腫(メラノーマ)」の場合もあります

SXL

エス・バイ・エルの住まい 熊本
京塚本町&榎町
即入居可!

今週末は
**モデルハウス
同時見学会**

- 子育て世代4人家族に最適な設備・周辺環境
- 高断熱・高気密の家

Tel.096(285)7007 | エスバイエル 熊本 | 検索

受付中

夏期講習

小中学生 1教科 (税別) **8,000円**
高校生 1教科 (税別) **11,500円**
中学生 5教科 (税別) **25,000円**

サマーカップ開催
授業を頑張る
授業評価
自分に勝つ!
結果を出す
実力評価
ライバルに勝つ!

公立高校入試
過去問題集
合格ノウハウを
詰め込みました
中3夏期講習
受講の方に
お礼のプレゼント

**24時間
Day合宿**
12時間
×2日 **19,000円** (税別)

6・7月からの入塾が
お初め!
夏割
夏期講習及び平常授業
を共に受講される方
入学金0円+ 入塾初月授業料 **半額**

6月~8月で、大きく伸びる!!

夏休み前に基礎固め、夏休みからは実践形式にチャレンジ!

夏期講習 2019

小3~高3 **トリプルステップ**

鍛える! 丁寧な指導

全教科徹底演習 7月23日(水)スタート! 受付開始

申し込みから開館時いつでも自習できます

弱点を克服! 得意教科を伸ばす

I Special トレーニング 特訓講座 + **II 1対1 or 1対2 メイン 個別講座**

III 最終チェック・夏休み総仕上げ 完成講座

早稲田スクールのマンツーマン個別指導

資料請求等

長嶺教室 349-1118 HPお問い合わせ
健軍教室 365-1566 プレゼント
黒髪教室 341-1055 ポケット要領整理・暗記本

水前寺教室 386-1113 光の森教室 232-1125
上熊本教室 328-1140 けやき館教室 377-1005
楠教室 348-1771 力合教室 358-1115
菊南教室 245-6080 帯山教室 381-7555

早稲田アイスタディ

人工知能AI+学習メンター+最適化教材
=新・自立型個別
※指導方法など募集要項が早稲田アイスタディと異なります

山鹿教室 (096)32-0101 本山教室 312-1104

自立型個別
G-PAPILS
ジョーパピルス

個別説明会・無料体験受付中!!
(受付) 火~土/15:30~22:30 | 駐車場あります