



## 水いぼ



### <水いぼとは？>

丸くて光った小さなイボです。つぶすと白いかたまりが出てきます。この中にウイルスが含まれていて、これが皮膚につくとうつります。保育所などで遊んでいて、水いぼに接触すればうつってしまいます。集団生活ですから、うつるのはお互いさまです。弱いウイルスなので、免疫反応が起きにくく、治るのに時間がかかります。いくら増えても、からだには全く無害です。水いぼ自体は痛くもかゆくもありません。プールの水ではうつりません。何もせずに様子を見ていれば、半年から1年くらいできれいに消えてしまいます。大人で水いぼが皮膚に残っている人はいませんね。どんなに増えても、必ず免疫反応が起きて、自然に治ります。



### <治療>

水いぼをどう扱うについては、いろいろな方法があります。どれが正解、どれが間違っているというわけではありません。以下に現在日本で行われている治療法のすべてを列挙します。



#### 1.自然に治るのを待つ！！→◎これがベスト！

水いぼは必ず自然に治ります。水いぼのウイルスは弱いので、免疫反応が起きにくく、治るのに時間がかかるだけです。いくら広がってもからだには無害で、きれいに治ります。

長所:手間もお金もかからない。

短所:半年から1年くらいかかる。



#### 2.ヨクイニンや漢方薬を服用する！→○当院で処方します。ご希望の方はどうぞ！

ヨクイニンや漢方薬を服用することで免疫反応が起き、水いぼが消失します。2-3カ月は服用が必要です。

長所:痛くない。

短所:毎日服用しないとイケない。



#### 3.はと麦茶を飲む！→○スーパーで買ってくださいネ！

はと麦茶にはヨクイニンが含まれているので、水いぼの治りがよくなります。

長所:家でできる。

短所:数カ月かかる。当院で処方します。



#### 4.ピンセットで摘んで取る→×これだけは絶対にやめた方がよい。ほとんど拷問です。

ひとつひとつピンセットで摘んで、水いぼを除去します。

長所:直ぐに治ることが多い。

短所:(1)すごく痛い(ピンセットで摘むと聞くと、なにやらそんな大それたことには思えませんが、取られる子どもにとってはものすごく苦痛です。自分が同じようにされる状況を想像して下さい。ゾッとしますネ)。(2)水いぼを取られる子ども本人と傍らで見ている母が泣く。(3)水いぼのウイルスが残って

いるとブリ返すことがある。(4)女の子が水いぼと間違っ乳首を取られてしまい、裁判になった事例がある。



**5.硝酸銀ペーストで灼く**→× or △ご希望の方は当院で処置をします。これよりは下記 6.が簡単。水いぼのひとつひとつに、硝酸銀ペーストを付けます。炎症反応が起きて、数週間で治ります。1 週間に 1 度、3-4 回通院が必要です。

長所: 痛くない。数週間で治る。

短所: (1)硝酸銀の付着した皮膚が黒くなって、みかけが悪い。手間がかかる。(2)ケロイドになってただれることがある。



**6.スピール膏で灼く**→△やってみてもよい。当院で処方しますので、御希望でしたらどうぞ！。

水いぼのひとつひとつに、「うおの目」を取る時に使用するスピール膏を小さくカットして貼り付け、絆創膏で固定します。2-3 日すると炎症反応が起きて、爪でひっかくとポロポロ落ちます。

長所: 痛くない。数週間で治る。自宅で行える。

短所: (1)手間がかかる。(2)スピール膏が大きすぎると、水いぼのまわりの健全な皮膚を痛めることがある。(3)絆創膏かぶれを起こすことがある。



### <さて、どうするか?? ?>

当院では以上の全ての方法が実施できます。どれが正解、どれが間違っているというわけではありません。どの方法を選択するかは御自由です。好きなものをどうぞ。

しかし！！1.自然に治るのを待つのが、もっともいいと思います。小さな水いぼがたくさんある場合には取り切れないので、自然治癒を待ちましょう。早く治したい場合には、2.ヨクイニンや漢方薬を服用する、3.はと麦茶を飲む、といいでしょう。どうしても気になる場合には、6.スピール膏で灼くのがいいでしょう。



### <水いぼとプール>

水いぼはウイルスが原因なので、人から人へうつります。保育所などで普通に集団生活をしていればうつってしまいます。プールで感染率が高くなるという疫学的データはどこにもありません。水いぼがあるからプールを禁止するという扱いは明らかに間違っています。旧文部省の通達では、(ビート板の共用さえしなければ)学校ではプールに入ってよいことになっています。幼稚園や保育園で「水いぼがあるからプールはダメ、入りたければ取って来なさい！！」と言われたら、次ぎのように言ってください。

「うちの子どもはプールを楽しみにしている。医学的には水いぼがあっても入ってかまわないはずだ。旧文部省から水いぼがあってもプールに入ってもよいという通達が出ているでしょう。放っておいても自然に治るものを、子どもに痛い思いをさせてまで無理やり取れとはおかしい話だ。はしもと小児アレルギークリニックでプールに入ってもいいと言われた。園長先生、ウソだと思ったら電話して訊ねてみて下さい。」

いつでも、私が責任をもって御説明します。

### ◇◇◇水いぼ余話◇◇◇



(1)水いぼを取って欲しいと思っている親御さんへ。

子どもは水いぼなんかがあっても、痛くもかゆくもないので、絶対にとりて欲しいと思いません。取りて欲しいと考えているのは、親御さんだけです。でも、ちょっと冷静に考えてみて下さい。自然に治るものを、無駄なお金をかけ、時間をかけてわざわざ治療をする必要はあるでしょうか？しかも、子どもに苦痛を与えます。水いぼを取ることは、子どもにはなんのメリットもありません。親の満足のために、子どもに苦痛を与えるのはやめましょう。子どもがかわいそうです。水いぼくらいあってもいいじゃないか！！と考えて下さい。完璧にきれいな子どもなんていないのです。過剰な潔癖を子どもに求めるのはやめましょう。



#### (2)水いぼがあるとプールに入ってはいけないと言った保育所の先生へ。

病気に対する正しい知識を持たないままに間違っただ判断を行い、その病気を持つ人に「これをしてはいけない」「あれをしてはいけない」というのはやめてください。私たち日本人は、ハンセン病の人たちを、治療法が確立して隔離の必要がなくなったあとも、ずーと一般社会から隔離した療養所に閉じ込めていました。すべての日本国民に責任があります。多いに反省しなければなりません。病気に対する無知、無理解は、その病気をもつ人に不幸をもたらします。



#### (3)保育所で水いぼがうつったと保育所に文句を言った親御さんへ。

集団生活なので病気はうつります。これはお互いさまなので仕方がないことです。うつって困る病気（麻疹、風疹など）については、学校保健法などで出席停止期間が定められていて、保育所もこれに準じています。水いぼはうつってもからだには無害です。保育所の先生に文句をいうべきものではありません。



#### (4)水いぼをピンセットで取られたあとのお子さんのその後。

私は原則として水いぼは放置をすればよいと思います。理由はこのプリントを読んでいただければ分かっていただけだと思います。それでも取って欲しい親御さんは（いいですか、念を押しますが、取って欲しいと思ったのは親御さんです。子ども本人はそんなことはちっとも考えていません。迷惑なだけです）、別の医療機関に行って取ってもらいます。しかし、全部は取り切れないことが多いので、またドンドン増えて来ます。こうしたお子さんが当院に再び来院された場合に、私は親御さんに尋ねます。「もう一度取ってほしいですか？」さて、親御さんはどう答えるでしょうか？「いや、あんな痛いこと、もう子どもには2度とさせたくありません。」100%、この答が返って来ます（やけどをするまではヤカンを避けることは出来ないのと同じですね）。

別の医療機関で水いぼをピンセットで取られてしまっ、そのあとが化膿してしまっ、当院を来院される方がしばしばいます。水いぼは裸になると目立つ、水いぼがあるとプールに入れてもらえないので（←これは間違っただ扱いです）、夏にとられてしまうことが多いのです。夏は汗をかくので、皮膚表面にブドウ球菌などが繁殖しやすく、伝染性膿痂疹（とびひ）などが起こりやすい季節です。水いぼがそのままの状態であればその表面を健常な皮膚が被っている、外からの細菌感染は起こりません。しかし、ピンセットで取ってしまうとその部分の皮膚は傷ついてしまうので、外界と交通してしまい感染が起こってしまいます。水いぼを取るとこうしたトラブルも起きることがあります。



#### (5)水いぼとアトピー性皮膚炎、乾燥肌

アトピー性皮膚炎や乾燥肌では皮膚表面が荒れています。皮膚細胞間に隙間があいているので（＝バリア機能がない）、水いぼのウイルスが侵入しやすい状態です。このため、アトピー性皮膚炎の皮膚や乾燥肌では水いぼが拡がりやすく、アトピー性皮膚炎や乾燥肌そのものが一時的に悪化します。この場合には、アトピー性皮膚炎や乾燥肌の治療をきちんとしましょう。弱-中等度のステロイド、保湿剤、かゆみ止めの飲み薬を処方します。

弱-中等度のステロイドを塗って、水いぼが悪化することはありません。水いぼは残りますが、そのうち自然に消失するので、様子を見てください。ただし、保湿剤で乾燥肌のケアをしてあげないと、再び皮膚が荒れて、水いぼのウイルスが皮膚に侵入して、水いぼが増えてしまいます。アトピー性皮膚炎の皮膚や乾燥肌のお子さんの場合には、水いぼが完全になくなるまで、十分な皮膚のケアが必要です。



#### (6)水いぼを掻き壊したら

水いぼを爪で掻き壊して出血したら、その部分だけポビドンヨード液（イソジン、ネオヨジンなど）で消毒しましょう。当院で処方します。夏は汗をかいて、皮膚表面にブドウ球菌などが繁殖して、伝染性膿痂疹（とびひ）などの皮膚の病気が起きやすい季節です。消毒はまめにしてください。掻き壊していない水いぼは消毒をする必要はありません。