

# 國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 運動科學 來源 民生報 日期 89. 9. 26 版面 07

「早安您好」



· 吳育弘 ·

## 認識

# 灰 指 甲

●灰指甲是一種因黴菌感染指甲所導致的疾病，常見的感染原有皮癬菌及念珠菌。灰指甲一般發生在腳趾的機會較高，因為現代人整天穿著鞋襪，造成腳部溫暖、潮濕的環境，而使黴菌有機可乘。

當黴菌入侵指甲時，就會形成「灰指甲」，若侵入腳部的皮膚，則形成香港腳。手指的灰指甲比較少見，只有手部常常需要在潮濕環境下工作的人，如廚房、市場、檳榔工作者，手指甲比較容易受到黴菌感染。黴菌一旦侵入指甲，便會逐漸使指甲的甲板變厚、變色，不但外觀上不雅觀，變厚的指甲也容易嵌入旁邊的皮膚，形成嵌甲症或甲溝炎。值得注意的是，掉落在鞋襪或地板的甲屑，更可能造成其他皮膚部位或家人的黴菌感染，因此，皮膚科醫師大多認為，灰指甲需要積極治療。

如果指甲只有小面積的感染，可以使用外用抗黴菌藥物塗抹，一般需耐心及有恆心地持續使用半年至一年，才能根治。如果有多個指甲或大面積的指甲感染，則需要使用口服抗黴菌藥物，手指甲需要服用六週，腳指甲需要服用十二週。服藥前，必須先讓醫師了解您的身體狀況、目前藥物使用情形，再決定合適的用藥。在服藥前及服藥期間，最好還要定期抽血及回診，追蹤身體狀況，以避免藥物的副作用。

灰指甲治療成功後，仍要注意保持手部及腳部的乾燥及衛生習慣，以免治癒後再度被感染而復發。

其他還有許多指甲的疾病，如指甲分離症、指甲變形症等，在外觀上與灰指甲類似，但並不是由黴菌感染所引起；因此，治療方式也有所不同。民衆如果有指甲的問題，應該先前往皮膚科醫師處看診，確定診斷後再決定治療的方式。（作者為台北馬偕醫院皮膚科主治醫師，本文將在今晨台視「早安您好」的「保健漫談」單元中播出。）

