

## 足癬 (香港腳)



足癬的起因是黴菌侵入皮膚表層，造成足部的感染。黴菌喜歡生活在溫暖潮濕的環境，因此，天生腳汗多的人，或是每天需要長時間穿著密不透風鞋子、或是不吸汗的襪子的人，就十分容易招來黴菌在足部滋生。

足癬的傳染途徑為接觸傳染，也因此經常透過與他人共用拖鞋、毛巾、鞋子、襪子，或是直接接觸足癬患者赤腳走過的地板或濕滑的浴室地板、公共游泳池地板等方式傳播。



上班族  
香港腳篇1



# 認識香港腳



圖文創作：健談 havemary.com  
專家諮詢：新光醫院家醫科  
胡志之醫師

香港腳的學名為**足癬**，主要是因為腳部受到**黴菌**感染所引起的



腳若長時間維持潮濕狀態就容易感染足癬，**男性較女性容易發生**



足癬症狀包括**皮膚濕爛、水泡、趾縫脫屑、患部搔癢、脫皮**等



香港腳是會傳染的，最好不要與人共用拖鞋、鞋襪、踏墊等；若不慎感染足癬時，建議盡速就診治療



香港腳相關問題，建議諮詢「**皮膚科、家醫科**」

更多資訊請上 健談 havemary.com

# 香港腳的症狀



常春

一張圖告訴你

# 香港腳的4種型態

常春月刊



## 腳趾型

腳趾縫及腳掌面  
會脫皮



## 乾燥角化型

腳掌面的角化為主，  
不太癢，常造成厚皮



## 水泡型

會出現群生的水疱，  
且伴隨劇癢



## 潰瘍型

腳趾間糜爛、變白、潮濕，  
將變白的皮除去會留下鮮紅  
糜爛的皮膚



輕微、局部香港腳可採外用  
抗黴菌藥物治療，約2至4  
周即可明顯改善



症狀緩解後仍建議持續  
用藥1至2週，降低症  
狀反覆發作的機會



香港腳用藥相關問題，  
建議諮詢「皮膚科、家醫科」



若病灶嚴重且反覆發作，或  
外用藥成效不佳時，可評估  
搭配口服抗黴菌藥物來治療

圖照: [havemary.com](http://havemary.com)



須配合醫囑正確用藥，  
並安排回診追蹤病況，  
以達治癒目的



更多資訊請上 健談 [havemary.com](http://havemary.com)

# 生活習慣維持好，杜絕惱人香港腳



# 請<sub>レ</sub>你<sub>ヲ</sub>找<sub>テ</sub>出<sub>ス</sub>香<sub>ト</sub>港<sub>ノ</sub>腳<sub>ノ</sub>的<sub>ノ</sub>預<sub>メ</sub>防<sub>メ</sub>方<sub>ノ</sub>式<sub>ヲ</sub>

1



保<sub>ツ</sub>持<sub>ツ</sub>腳<sub>ノ</sub>部<sub>ヲ</sub>乾<sub>カ</sub>燥<sub>ス</sub>

2



穿<sub>ク</sub>涼<sub>シ</sub>鞋<sub>ヲ</sub>

3



雙<sub>ツ</sub>腳<sub>ノ</sub>泡<sub>ス</sub>水<sub>ヲ</sub>

4



常<sub>ニ</sub>穿<sub>ク</sub>褲<sub>ヲ</sub>襪<sub>ヲ</sub>

5



有<sub>ル</sub>症<sub>ノ</sub>狀<sub>ヲ</sub>確<sub>ニ</sub>實<sub>ニ</sub>擦<sub>リ</sub>藥<sub>ヲ</sub>

6



跟<sub>テ</sub>人<sub>ト</sub>共<sub>ニ</sub>用<sub>フ</sub>毛<sub>ノ</sub>巾<sub>ヲ</sub>