# 水いぼ
# （伝染性軟属腫）

水いぼは、**幼児から小学校低学年のお子さんによくみられる皮膚の感染症**です。**多くは自然に治ります。**
治るまでのあいだ、**数を増やさないためのスキンケア**がいちばん大切です。

## どんな病気？

「伝染性軟属腫（でんせんせいなんぞくしゅ）ウイルス」というウイルスが皮膚に感染してできます。

**見た目**　**1〜5mmほどの、つやのある小さなぶつぶつ**です。真ん中が少しへこみ、中に白い芯（ウイルスのかたまり）があります。

**場所**　**わき、胸、おなか、背中、ひじやひざの内側**など、こすれやすく、かきやすいところにできやすいです。

かゆみはないことも多いですが、まわりに湿疹ができてかゆくなることがあります。

## どうして増えるの？

- **かいてつぶれる**と、中のウイルスがまわりの皮膚について、新しい水いぼができます。
- **乾燥肌や湿疹**があると、皮膚のバリアが弱くなり、うつりやすくなります。
- 肌と肌がふれあったり、**タオルなどを共用**したりしてうつることがあります。

## 当院での治療

**取らない**　**取らずに、自然に治るのを待ちます。**当院では、水いぼを取る処置は行っていません。取るときは痛みがあり、取ってもまた新しく出てくることがあるためです。**摘除する処置をご希望の方は、皮膚科にご相談ください。**

**スキンケア**　乾燥やかき壊しが、水いぼが増えるいちばんの原因です。**保湿や、湿疹・かゆみの治療**をしっかり行います。

**ヨクイニン**　経過をみて急に数が増えるときは、ハトムギから作られた漢方薬**「ヨクイニン」**を処方することがあります。

うらに続きます →

## 自然に治る病気です

体にウイルスへの免疫ができると、水いぼは自然に消えていきます。**多くは半年〜2年ほどで治り**、あとはほとんど残りません。治る前に、水いぼが赤くなったりかゆくなったりすることがあります。これは**体が治そうとしているサイン**のことが多いです。

## おうちでのスキンケア

- **毎日保湿しましょう。**お風呂のあとなど、1日1〜2回、保湿剤を全身にぬりましょう。乾燥を防ぐことが、いちばんの予防になります。
- **かかない・つぶさない・自分で取らない。**爪を短く切っておきましょう。かゆいときは、がまんさせずにご相談ください。
- **湿疹は早めに治しましょう。**水いぼのまわりに湿疹があるときは、処方されたぬり薬でしっかり治しましょう。
- **お風呂はいつもどおりでOK。**体はゴシゴシこすらず、泡でやさしく洗いましょう。タオルやバスタオルは、きょうだいと分けて使いましょう。

### 園・学校は？

**休む必要はありません。**園や学校によって独自の決まりがある場合もあります。気になるときは園・学校に確認してください。

### プールは？

**入ってかまいません。**プールの水ではうつりません。ただし、**タオル・浮き輪・ビート板などは共用しない**ようにし、プールのあとはシャワーで肌をきれいに洗って保湿しましょう。

## こんなときはご相談ください

- **急に数が増えてきた**
- **赤く腫れて、うみが出る・痛がる**（とびひなどの可能性）
- **まぶたのまわりや顔**に増えてきた
- かゆみが強く、かき壊してしまう
- まわりの湿疹がなかなか治らない

かつらがわキッズクリニック

**075-874-4381**

夜間・休日の相談は　こども医療電話相談 #8000

〒601-8601 京都市南区久世高田町376-1 イオンモール京都桂川 1階 メディモ内

監修：かつらがわキッズクリニック　院長　後藤高弘（2026年10月作成）／参考：日本臨床皮膚科医会・日本小児皮膚科学会「皮膚の学校感染症とプールに関する統一見解」、日本学校保健会「学校において予防すべき感染症の解説」

ホームページ