

2025年



どんぐりニュース



集団&個別リハビリ



指先機能訓練



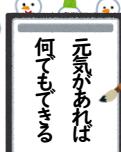
集団レク



集団レク

落花生の収穫と
いちごの苗を
植えました

今月の壁紙



元気バクハツ講座 第37回「巻き爪」



巻き爪は、爪の横部分が内側に巻くように曲がっている状態をいいます。似た症状で陷入爪(かんにゅうそう)がありますが、巻き爪程巻いていなくても皮膚に爪が刺さって炎症や痛みがある状態のものをいいます。一般的にはどちらもまとめて巻き爪ということ多いです。

症状が悪化すると、皮膚に刺さった部分から細菌が入り込み、広い範囲で炎症が起きる恐れもあります。こうした事態を防ぐために、巻き爪は速やかな対処が大切です。



巻き爪

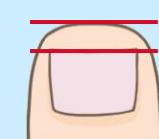


正常な爪

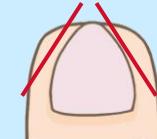


陷入爪

巻き爪になりにくい爪の切り方



× 深爪



× バイアス切り

長さは指先と同じくらいにそろえ、全体的な形は角に少し丸みのある四角形に整えましょう。

短く切りすぎた「深爪」や、端を斜めに深く切り込んだ「バイアス切り」は巻き爪や陷入爪の原因となる可能性があります。

見学・お試し大歓迎！！空き状況やご不明な点はお問い合わせください。



愛媛生協病院

指定通所リハビリテーション

デイケアどんぐり

〒791-1102 松山市来住町1091-1 TEL・FAX 089-976-3411(直通) 担当:坂本・龜上