

嵌甲

什麼是嵌甲：

指甲長到肉裡的情況，以大腳趾最為常見。

併發症：

指甲刺到肉裡後，會造成紅腫痛的發炎現象，形成所為**甲溝炎**。由於此時常有傷口產生，細菌也會趁虛而入，產生續發性細菌感染，造成化膿滲致蜂窩性組織炎。



治療方法：

1. 移除刺到肉裡的指甲。2. 口服抗生素及消炎藥。3. 塗抹外用抗生素藥膏。

預防方法：

1. 避免穿著不當的鞋子: 太小的鞋子、高跟鞋、尖頭鞋，都易造成腳趾的擠壓，增加指甲與指甲旁邊皮膚的摩擦與刺入的機會，應盡量避免。
2. 適當修剪指甲：定期修剪且不應剪得過短或過圓。
3. 注意足部清潔，預防真菌孳生，減低嵌甲傷口受感染而發炎。
4. 定期檢查趾甲有否出現蜷曲、嵌入的情況，如有應立即治理。
5. 察覺出現輕微嵌甲情況，應及早經醫生處方以藥物治理，如拖延治理只會讓問題惡化，最終需動手術處理。



何謂甲溝炎……

甲溝炎是指甲周圍組織，包括兩側的指甲溝，及底部的近側甲溝的發炎，症狀是紅、腫、痛甚至化膿現象。甲溝炎的病因不只是感染，一些刺激物質如肥皂

水、作家事的湯湯水水都會積留在甲溝中，形成慢性的刺激現象。因此除家庭主婦外，慢性甲溝炎在酒保、廚師、洗衣工也很常見，算是一種職業病。

治療及預防方式……

治療方式，視嚴重情形及形成原因而有所不同。急性期首重控制感染及消除腫脹，慢性期則應減少刺激，保護指甲，較輕微的發炎，可塗抹藥膏或口服藥物即可。除非指甲變形嚴重內生，否則並不建議非拔指甲不可。至於慢性甲溝炎的處理，則較為複雜，往往需持續治療至少三至四個月，在治療期間應盡量保持手部乾燥，做家事宜戴手套，但應避免戴著橡皮手套太久，否則汗水的刺激，反而會使甲溝炎惡化。如果真要碰水，又不方便戴手套時，則可以嘗試以凡士林塗在甲溝，防止水性刺激物進入。家事儘量集中做，完畢後手擦乾馬上擦藥膏。勿自行以牙籤等物清除甲溝，或修剪甲皮，而造成傷害。