



て 手のまめはどうしてできるの

て
手のまめは、皮ふの表面近くにできた小さな出血

まめというのは、皮ふの表面に近い部分に見られる、赤むらさき色の、小さい豆くらい
の大きさの点状の出血で、血まめというものです。手足の指、手のひら、足の裏などが、
何かではさまれるなど、強くつぶされたときに、皮ふの中に小さな出血が起こるために
できます。

血まめには、指をはさんだり、鉄棒や野球のバットやテニスのラケットなどを、強くにぎ
って運動をしたときの手の血まめ、くつずれの足の血まめなどがあります。

ち 血まめの手当ては

簡単な軽い場合には、特に治りょうの必要はなく、血液は自然に吸収されて、なくなっ
てしまうので、そのままでもなおりますが、むりに、皮をはいだりしないことです。

しかし、程度によっては、化のうしないように、抗生物質のぬり薬をつけて、ガーゼな
どで保護しておいたほうがよい場合もありますので、注意しましょう。

また、血まめのできる原因が思いあたらないのに、血まめがくり返してできるようなら、ほ
かの病気の場合も考えられますので、病院で診察や検査をしてもらう必要があります。

(監修・保志 宏)

血まめのでき方

