

조갑감입(파고드는 발톱_감입발톱)

개요

• 등록일자 : 2020-04-22 • 업데이트 : 2023-11-12 • 조회 : 12649 • 정보신청 : 98

개요

조갑감입은 흔한 조갑 질환중의 하나로 조갑이 어떤 이유로 인하여 조갑측면의 살 속으로 파고드는 것을 말합니다. 조갑감입은 거의 엄지발가락에 생기므로 다른 말로 내향성 발톱이라고도 합니다. 조갑감입은 일반적으로 청소년기에 많고 남성에서 더 많이 발생하지만, 어떤 연령에서라도 드물지 않게 발생하며 여성에서도 상당히 많이 발생합니다.

조갑감입은 대수롭지 않은 질환으로 치부되기 쉬우나 병을 겪는 본인은 심한 통증과 잦은 대발로 일상생활에 상당한 장애를 가져오는 질환입니다. 그러나 조갑감입은 생활습관을 교정함으로써 상당 부분 예방이 가능한 질환으로 원인과 예방법에 대한 정확한 이해가 중요합니다.

《그림. 조갑감입(감입발톱)의 개념》



개요-원인

먼저 조갑감입이 발생하는 기전에 대해 간단히 알아보겠습니다. 조갑감입이라는 용어는 'ingrowing nail'이라는 영어 용어를 그대로 한자 용어로 바꾼 것으로서 한글로 바꾸어보면 '안쪽으로 자라는 발톱'입니다. 발톱이 자라면서 발톱의 양단 연부 조직을 파고 들어가 염증과 통증을 일으키게 됩니다.

보통 조갑감입이 생기는 직접적인 이유는 발톱 측면조직의 염증 반응으로 인한 **육아조직**의 증식, 그리고 발가락에 가해지는 비정상적인 압력 때문입니다. 따라서 발톱이 파고든다기보다는 발톱 주변 조직이 과다증식 또는 변형되어 발톱을 감싸게 된다는 개념이 맞습니다. 그렇다면 왜 이런 현상이 일어나는 것일까요? 그 원인은 다음과 같습니다.

1) 발톱을 너무 짧게 깎는 경우

발톱을 과도하게 짧게 깎아서 발톱 밑의 연약한 살 부분이 외부로 노출이 되면 외부로부터의 자극을 받게 되고 염증 반응을 일으킬 수 있습니다. 이렇게 노출된 부분은 육아조직을 형성하게 되고 이것이 진행되어 발톱의 윗부분으로 올라오게 되면 발톱은 결과적으로 살 속에 파묻히게 되고 발톱 자체가 하나의 이물질처럼 반응하여 이차적인 염증 반응과 세균감염 등을 일으키게 됩니다. 주로 발톱의 양쪽 가장자리를 보기 좋게 다듬기 위하여 둥글게 자를 때에 예민한 부분이 많이 노출됩니다.

2) 발가락에 과도한 압력이 가해지는 경우

과체중, 바람직하지 못한 자세, 꽉 조이는 신발, 하이힐 등은 모두 발가락에 가해지는 압력을 증가시켜서 발톱 및 발톱 주위 구조를 변형시키고, 과도한 마찰로 인해 염증 반응을 일으킬 수 있습니다.

3) 족근골(발가락뼈)의 변형

선천적이거나 후천적인 어떤 원인으로 인해 발가락뼈의 변형이 있는 경우에 발가락에 비정상적인 압력이 가해지므로 조갑감입의 원인이 될 수 있습니다.

4) 다한증, 당뇨

땀과다증 환자의 발은 언제나 젖어 있으며, 당뇨 환자의 발은 말초혈관의 장애로 인해 다른 사람의 발보다 상처 입기 쉬운 상태에 놓여 있기 때문에 역시 조갑감입의 원인이 될 수 있습니다.

5) 조갑하과각화증, 조갑비후증

조갑하과각화증이나 조갑비후증은 주로 노인에게서 나타나는 발톱이 두꺼워지는 현상을 말합니다. 발톱이 두꺼워짐으로써 발톱 주변의 압력이 증가되고, 이물반응도 더 심하게 나타나게 되어 조갑감입의 원인이 될 수 있습니다.

6) 유전적인 소인

드물게는 발 구조의 유전적인 소인이 원인이 되는 경우도 있습니다.

치료

어떤 치료를 선택해도 예방적 치료는 병행해야 합니다.

1. 보존적 치료법

감입 발톱의 치료는 매우 다양하나, 그 원리는 같아서 파고드는 발톱과 발톱 측면의 연부조직을 분리해 직접적인 자극을 줄여줍니다. 발톱이 다시 살 위로 자랄 수 있도록 유도하고, 염증을 줄여주고, 감염을 방지하는 것이 치료의 근간이 됩니다.

보존적 치료법은 약간의 발적과 부기만 있어, 염증이 심하지 않고 증상이 경미할 경우에는 시도해 볼 만한 방법입니다. 먼저 병변이 있는 발을 따뜻한 식염수에 담가서 발톱을 부드럽게 만든 후에 발톱 원위부 하단에 소독된 탈지면을 삽입하여 발톱과 접촉되는 발톱 측면과 분리합니다. 숨은 하루 한 번 이상 갈아줘야 합니다.

처음에는 매우 아프고 많이 벌어지지 않을 수 있지만 매일 반복하다 보면 통증도 줄어들고 수술적 치료를 필요로 하지 않을 수도 있습니다. 최근에는 발톱 양옆에 플라스틱 튜브를 삽입하는 방법, 발톱 위쪽을 갈아내어 유연성을 증가시켜 양옆에 미치는 압력을 해소해 주는 방법 등이 고안되었으나 아직 뚜렷한 효과가 입증된 새로운 방법은 없습니다.



2. 수술적 치료법

병변에서 삼출물이 나오는 등 염증이 심한 경우나 증상이 반복되는 경우에는 수술적 치료를 고려해야 합니다.

감입발톱에 대한 수술적 치료도 많은 종류의 수술법이 고안되었으나 역시 치료의 근간은 같습니다. 발톱의 파고들여 간 부분을 제거해주고 그 파고 들어간 부분의 근위부의 성장점을 파괴해 주는 것입니다. 성장점을 파괴해주지 않고 단지 문제가 되는 원위부 발톱만 제거해주는 방법은 재발이 많아서 현재는 잘 쓰이지 않고 있습니다.

최근 감입발톱의 수술 방법은 거의 비슷하나 성장점을 파괴하는 점에 있어서 여러 다른 방법이 있습니다. 그러나 그 효과에 대해서는 아직까지 큰 차이가 없는 것으로 되어 있습니다. 수술 방법은 국소마취하에 병이 있는 발톱의 성장점에 이르도록 길게(종적으로) 절개를 가하여 완전히 제거합니다. 이후 깊숙이 위치한 성장점을 칼로 절제하거나, 전기소작기로 소작하거나, 트리클로로아세트산이나 페놀용액을 발라주어 성장점을 파괴한 후 절개한 피부를 다시 봉합해 줍니다.

급성 염증시기에는 일단 파고든 발톱 측면만을 제거하고, 육아조직을 제거한 후 환부가 안정되면 근본적인 수술을 합니다.



위험요인 및 예방

일상생활에서 조갑감입의 원인이 될 만한 생활습관을 없앤다면 상당 부분 예방할 수 있습니다.

1) 발톱을 너무 짧게 깎거나 둥글게 자르지 말고 일자로 자르기

발톱을 너무 길게 남겨 놓을 필요는 없지만 적어도 발톱 밑의 연약한 살이 노출되게 자르는 것은 바람직하지 않습니다. 특히 발톱 양 모서리 부분에서는 조갑감입이 발생하기 쉬우므로 발톱 모서리 부분이 발가락 끝을 살짝 덮고 있도록 약간 남겨 두고 일자로 잘라 줍니다.

2) 꽉 조이는 신발, 특히 앞이 뾰족한 신발이나 하이힐 등을 피합니다.

- 3) 평소 발을 깨끗이 하고 잘 건조시킵니다.
- 4) 적정체중 유지하기

〈그림. 조갑감입(감입발톱)의 예방법〉



본 공공저작물은 공공누리 "출처표시+상업적이용금지+변경금지" 조건에 따라 이용할 수 있습니다.

☰ 목록

[개인정보처리방침](#) [개인정보이용안내](#) [저작권정책 및 웹접근성](#)

[28159] 충청북도 청주시 흥덕구 오송읍 오송생명2로 187 오송보건의료행정타운 내 질병관리청
문의사항: 02-2030-6602 (평일 9:00~17:00, 12:00~13:00 제외) / 관리자 이메일 : nhis@korea.kr
COPYRIGHT @ 2024 질병관리청. ALL RIGHT RESERVED

[해외기관](#)

[유관기관](#)

[정부기관](#)

※ 본 페이지에서 제공하는 내용은 참고사항일 뿐 게시물에 대한 법적책임은 없음을 밝혀드립니다. 자세한 내용은 전문가와 상담하시기 바랍니다.

