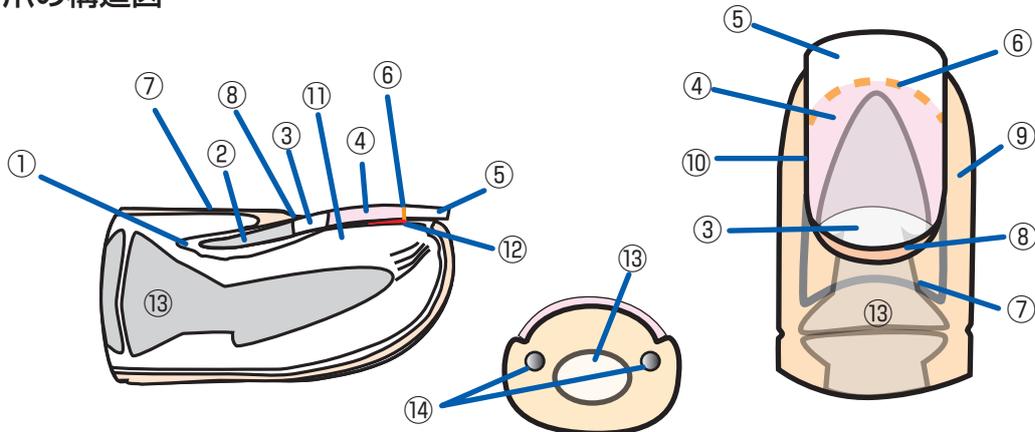


爪の基礎知識 ①爪の各部位の名称

爪の各部位について詳しく知りましょう。

爪の構造図



- ①爪母(そうぼ) ②爪根(そうこん) ③爪半月(そうはんげつ) ④爪甲(そうこう/ネイルプレート)
- ⑤爪先(そうせん) ⑥黄線(おうせん) ⑦後爪郭(こうそうかく) ⑧甘皮(あまかわ)/爪上皮(そうじょうひ)
- ⑨側爪郭(そくそうかく) ⑩爪溝(そうこう/ネイルグループ) ⑪爪床(そうしょう) ⑫爪下皮(そうかひ)
- ⑬指骨(趾骨)の末節骨(しこつのみせつこつ) ⑭側骨間靭帯(そくこつかんじんたい)

■ 1 ■ 爪と爪周辺組織の簡単な説明

爪は、爪甲と爪根、爪先からできています。

- ①爪母(そうぼ・ネイルマトリクス) 爪根を包み込んでいる部分の事で主にここで爪が作られます。
- ②爪根(そうこん・ネイルルート) 爪の根本の部分です。爪根は出来立ての爪で爪半月よりも柔らかく、保護の為露出しないよう後爪郭で囲まれています。
- ③爪半月(そうはんげつ・ルヌーア) 爪甲の端の部分で、ちょうど甘皮の近くに有るぼんやりとした白色の半月形の部分です。これはできて間のない爪なので柔らかく、強く押すとへこんだり鈍い痛みがあったりします。手荒に扱くと傷がつき爪に段ができることがあります。
- ④爪甲(そうこう・ネイルプレート) 爪床に乗っている爪の部分差します。うっすらとした色が少し入っているものの、ほぼ透明で爪床の毛細血管中の血液の色が透けて見えるため、健康な爪甲は薄いピンク色をしています。
- ⑤爪先(そうせん・フリーエッジ) 爪が伸びて爪床から離れて指先に飛び出ている部分。
- ⑥黄線(おうせん・イエローライン) 爪甲と爪先の境目にあるぼんやりと黄色に見える線のこと。
- ⑦後爪郭(こうそうかく・ネイルフォルド) できたての爪を保護する役割を持っています。
- ⑧甘皮/爪上皮(あまかわ/そうじょうひ・キューティクル/エポニキウム) 後爪郭の一番端の部分で 0.5 ミリ～1 ミリ程度の狭い幅の薄い皮膚です。雑菌が体内に入り込まないように、ふたの役割をしています。
- ⑨側爪郭(そくそうかく・サイドウォール) 爪の両サイドに有る厚みのある皮膚で、爪を支えたり衝撃から爪を保護する役割があります。
- ⑩爪溝(そうこう・ネイルグループ) 爪床と側爪郭の間にある爪を支える溝です。爪の通り道ともいえるでしょう。
- ⑪爪床(そうしょう・ネイルベッド) 皮下組織の一部で爪甲がその上にあります。爪床には、爪甲の形成と維持に必要な栄養を補給するために血管が通っています。また爪床には神経も通っています。
- ⑫爪下皮(そうかひ・ハイポニキウム) 爪甲と爪床間にある両者をつなぐ細胞で爪を長期間長く伸ばしていると爪先(裏)側に出てくることがあります。
- ⑬指骨(趾骨)の末節骨(しこつのみせつこつ) 手や足のゆび先端の骨
- ⑭側骨間靭帯(そくこつかんじんたい) 末節骨のサイドに沿って中節骨方向へつながる靭帯。

※注意点※ これらの名称は、書物によって呼び方が異なることがあります。

①爪はここで100%作られていると言われてい
ます。(また書物によっ
ては80%の爪が作られて
いると書かれています。)

②髪の毛で言うとちょう
ど「毛根」にあたります。

④爪甲の主成分はケラチ
ンです。

⑦実際そのあたりを無意
識によくいじる人がいま
すが、特に親指をいじる
人が多いようですが、そ
ういう人の中にはその
爪だけに段がいくつもで
きていたり、甘皮や後爪
郭のあたりが腫れていま
り、荒れていたりします。

⑪書物によっては、ここ
で爪の20～30%が作
られると書かれています。
また、爪甲は爪床に密着
しているだけで、完全に
固定されていません。