



健康かわらばん

第103号 (令和6年6月号)

特集: 带状疱疹 (たいじょうほうしん)

1. 带状疱疹とは

ウイルスによって神経と皮膚に炎症をおこし、体の左右どちらかに痛みを感じ、その後に痛みの部位に帯状に赤い斑点や小さな水ぶくれが出現する病気です。若い世代でも発症しますが、50歳を過ぎると多くなり、80歳までに1/3の人に発症すると言われています。

2. 带状疱疹の症状

痛みの程度はかゆみやピリピリ程度から焼けつくような激痛まで様々です。皮疹は痛みより遅れて出現することが多く、神経に沿って帯状に赤い斑点が出現し、水疱(水ぶくれ)に変化し、1週間ほどで破れて、かさぶたになり3週間ほどで治癒します。

3. 带状疱疹の発生部位

胸から背中を中心に上半身に多く、顔面や頭部に出現することもあります。神経に沿って出来るため、通常は左右どちらか片方に出来るのが特徴です。

水痘・带状疱疹ウイルス

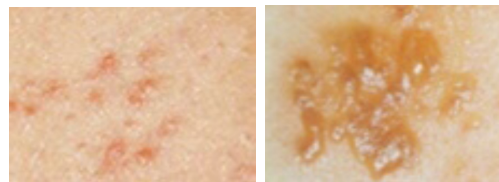


ヘルペスウイルスの1種で、初感染では水痘(水ぼうそう)を発症させ、免疫力の低下時に带状疱疹を引き起こす



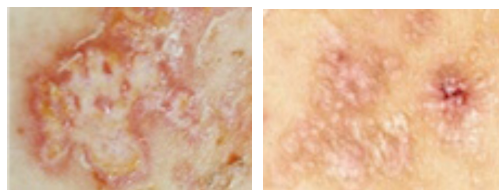
神経に沿って体の片側に発症

带状疱疹の経過



発症時

水疱形成



水疱が破れる

かさぶた

4. 带状疱疹の原因

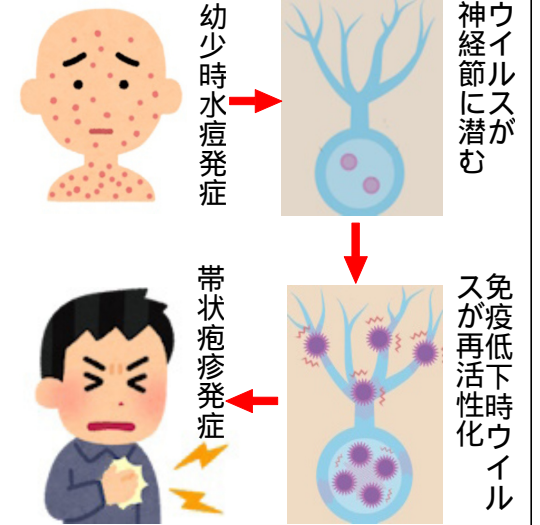
幼少時に水痘(水ぼうそう)にかかると、治ってもウイルスは体の神経節に潜んでいて、過労・ストレス・加齢等で免疫力が低下したときに再活性化して、神経を伝わって皮膚に皮疹を作ります。

5. 带状疱疹の合併症

带状疱疹後神経痛：普通痛みは皮疹の治癒とともに消退しますが、神経の損傷が持続し、わずかに触れただけでも激痛が走り、睡眠や日常生活に支障が出ます。50歳以上の2割の方が起こすと言われ、高齢者や発症時重症だった人がなりやすい傾向があります。

視力障害：目の周囲に带状疱疹が出来ると、角膜炎・結膜炎を合併し、失明に至ることもあります。

ハント症候群：片側の顔面神経麻痺と耳痛・耳鳴り・難聴・めまいを引き起こします。顔面神経麻痺の約2割が带状疱疹が原因と言われています。



6. 带状疱疹の治療

抗ヘルペスウイルス薬が中心になります。高価な薬ですが、1週間のみ服用です。発症後早期に開始した方が症状が軽くなり、合併症の予防になります。効果は2日くらい遅れて出ますので、自己判断で中止しないことが大切です。痛みに応じて鎮痛剤を服用しますが、激痛時には神経ブロックが必要になることもあります。患部は冷やさないこと、水ぶくれは極力破らないように注意します。带状疱疹後神経痛になった場合は、痛みを和らげる治療が主体となりますが、専門のペインクリニックの治療が必要な場合もあります。



抗ヘルペスウイルス薬



神経ブロック



過労を避ける



ストレスをためない



バランスの良い食事



十分な睡眠



適度な運動



ワクチン接種

7. 带状疱疹の予防

50歳を過ぎたら免疫力の低下を防ぐため、過労やストレスを極力避け、バランスのとれた食事、十分な睡眠、適度な運動を心がけましょう。ワクチンの接種も検討して下さい。

8. 带状疱疹ワクチン

現在本邦で使用されているのは、2種類のワクチンです。

生ワクチン：小児の水ぼうそうワクチンと同じ製剤で、1回の皮下注射です。効果の持続は5年ほどで、50-60%の予防効果があると言われています。免疫が低下する病気や免疫を抑える治療を受けている方は適しません。



不活化ワクチン：2か月空けて2回の筋肉注射を行います。90%以上の予防効果があり、10年以上は効果が持続すると言われています。かなり高価なことと、注射部位の痛みや発熱・倦怠感等の副反応がやや多いのが欠点です。



9. (参考) 口唇ヘルペス

水痘・带状疱疹ウイルスと同属の単純ヘルペスウイルスによって引き起こされる病気で、口唇や鼻の下に水ぶくれを起こします。带状疱疹のウイルスと同様に神経節に潜んでいて、風邪を引いた時や紫外線を浴びた時、抵抗力が下がった時に再発を繰り返します。治療は抗ヘルペスウイルス薬の軟膏や内服になります。発症前のほてりや違和感のうちに治療を開始すると、治癒が早くなります。赤ちゃんに感染させると、重症化することがありますので、注意が必要です。単純ヘルペスウイルスは性器ヘルペスを起こすタイプもあり、また、顔面神経麻痺の原因の6割を占めるとも言われています。



あとがき
水痘のワクチンが幼児に定期接種になったのが二〇一四年で、日本人の九割が水痘・带状疱疹ウイルスを保有しており、带状疱疹を発症する可能性があるとされています。带状疱疹は一般に痛みが先行し、遅れて皮疹が現れますので、神経痛の症状がある時は、皮疹が出ないか背中も含めて観察することが大切です。带状疱疹の再発は少ないですが、免疫を抑える薬を服用していたり、極端に免疫が弱い人では繰り返すこともあります。带状疱疹がそのまま他人にうつることはありませんが、ワクチン未接種の幼児に感染して、水痘を発症させる可能性があります。带状疱疹ワクチンは五〇歳以上に補助金を出す自治体が増えており、花巻市でも今年の七月から始まります。二種類のワクチンのうちどちらを選ぶかは、効果・副作用・費用を勘案して、ご自分で決めていただくこととなります。