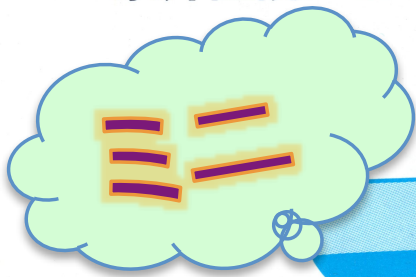


永井医院ニュース

LIFE 65



ライフ

2020年9月号

No. 65

発行／最上郡最上町向町536-9

内科・循環器科

医療法人 永井医院

TEL.0233-46-1511

<http://www.nagai-clinic.or.jp>

特集：带状疱疹



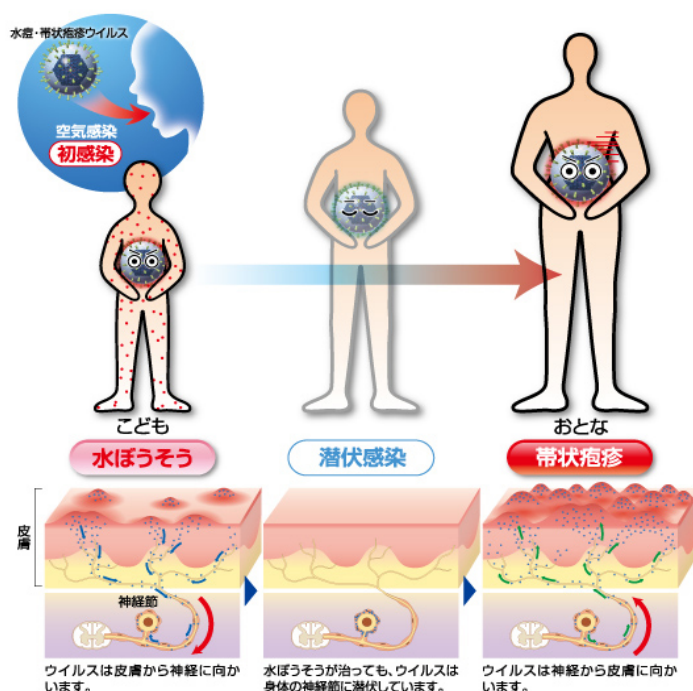
带状疱疹は神経の走行に沿って広がります

帯状疱疹は、神経の走行に沿ってピリピリと刺すような痛みと、これに続いて赤い斑点（はんてん）と小さな水ぶくれが带状（おびじょう）にあらわれる病気です。神経は身体の左右をまたぐことはないので、左右どちらか一方にだけあらわれるのが特徴です。この症状に由来して、「帯状疱疹（たいじょうほうしん）」という病名がつけられました。胸から背中にかけて最も多くみられ、全体の半数以上が上半身に発症します。また、顔面、特に眼の周囲も発症しやすい部位です。



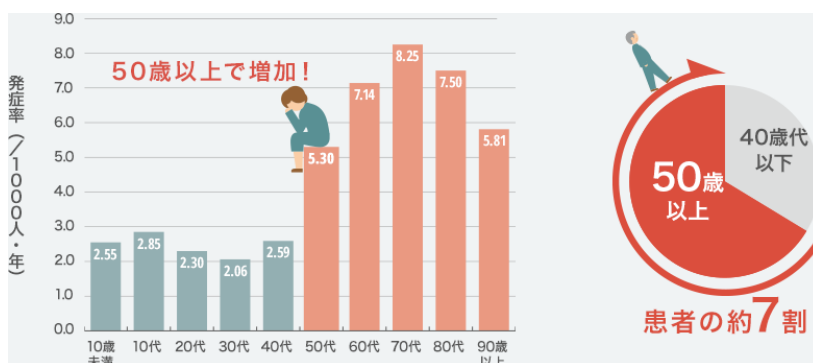
＜水痘・帯状疱疹ウイルス＞

帯状疱疹はウイルスによって起こる病気ですが、帯状疱疹のウイルスと水痘（水ぼうそう）のウイルスは同じものです。子どもの頃にこのウイルスに初めて感染すると、水ぼうそうを発症します。水ぼうそうが治ったあとも、ウイルスは脊髄から出る神経節という部位に潜んでいます。日本人のおよそ 9 割は、体内に水痘・帯状疱疹ウイルスを持っていると考えられています。



＜好発年齢＞

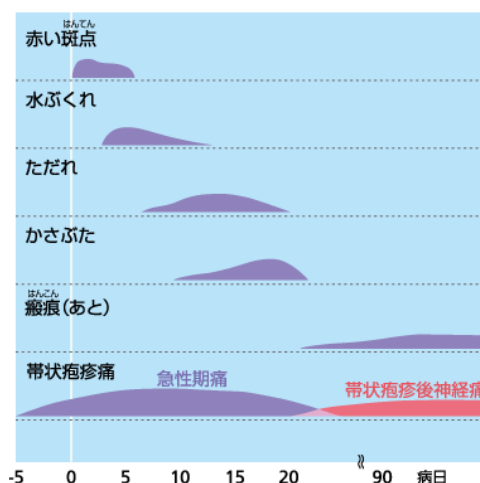
普段は体の免疫力によってウイルスの活動が抑えられていますが、免疫力が低下するとウイルスは再び活動し、増殖をはじめます。そして、ウイルスは神経の流れに沿って神経節から皮膚に移動し、帯状疱疹を発症します。帯状疱疹の発症には過労やストレスが引き金になりますが、年齢も関係しています。日本人では 50 代から帯状疱疹の発症率が高くなり、70 代でピークとなって、80 歳までに



3人に1人が帯状疱疹になります。帯状疱疹になる人の約7割は50代以上ですが、若い人でも発症することがあり、注意が必要です。

＜帯状疱疹の経過＞

発疹が出る前に皮膚の違和感やピリピリ感があらわれることがあります。その後強い痛みを伴って、神経に沿って盛り上がった赤い斑点が現れます。それが水疱となり、水疱が破れてただれ、さらにかさぶたへと変わっていきます。痛みはかさぶたとともに消えることが多いですが、長く続いてしまうこともあります。そのほかの帯状疱疹の症状として、発熱や頭痛が現れることがあります。顔面の帯状疱疹では角膜炎や結膜炎をおこしたり、まれに耳鳴りや難聴、顔面神経麻痺などが生じたりすることもあります。

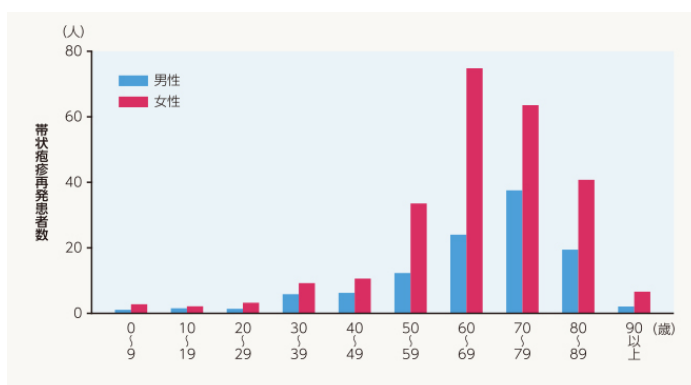


＜帯状疱疹の痛み＞

帯状疱疹の発疹の出ている神経の支配領域に一致して痛みが生じますが、皮膚の症状が治っても長期にわたりピリピリするような痛みが持続することがあり、これを帯状疱疹後神経痛といいます。これは急性期の炎症によって神経に強い損傷が生じたことによって起こります。帯状疱疹後神経痛も徐々に症状は軽くはなりますが、何年も痛みが持続することもあり、これが一番嫌われる合併症です。帯状疱疹後神経痛は約2割の患者さんにおけると言われ、それを防ぐには、早期発見、早期治療により神経の炎症を軽くすませることが大事です。

＜その他＞

帯状疱疹は一度かかったら終わりではなく、再発することもあります。体の免疫力の低下などでウイルスが再び活性化してしまうためです。宮崎県で行われた調査では再発率は6.4%で、男女別では男性4.7%、女性7.6%で女性の方が高くなりました。



帯状疱疹は他の人に帯状疱疹としてうつることはありませんが、帯状疱疹の患者さんから乳幼児などに水ぼうそうとしてうつる場合があります。発疹がかさぶたになるまでは小さな子供に接触しないように注意してください。

帯状疱疹の診断と治療

看護師 佐々木寿美子

帯状疱疹は見てすぐ診断できるものもありますが、発症早期や発疹が少ない場合など、診断が難しい場合も少なくありません。例えば下の2枚の写真を見て、どちらが帯状疱疹だと思いますか。右の写真の方がひどそうで、こちらが帯状疱疹と考えてしまいますが、実際には左が帯状疱疹で、右は単純疱疹（いわゆるヘルペス）です。最近帯状疱疹を短時間で診断できる診断キットが発売されましたので、こういう場合は診断キットを使って診断していきます。



診断キットによる検査は、水疱（水ぶくれ）の内容物または潰瘍（ただれ）になった部分の水痘・帯状疱疹ウイルス抗原を調べます。滅菌綿棒でこすり取るように内容物を採取し、検査キットに滴下すると5～10分で判定結果がわかります。

帯状疱疹と診断したら、抗ウイルス薬を7日間内服していただきます。ウイルスの増殖を早期に抑えることで、急性期の皮膚症状や痛みを和らげ、治るまでの時間を短縮します。さらに合併症や後遺症を抑えることも期待されます。発症早期に服用を開始するほど治療効果が期待できますので、痛みを伴う発疹が出たら「まず帯状疱疹を疑って」診断と治療を進めることが大事になります。

帯状疱疹後神経痛をおこしてしまうと、なかなか治りにくいのが現状です。神経伝達物質の放出を遮断して痛みを止めるお薬がありますが、眠気やふらつき、吐き気などの副作用で十分な量を使用できない場合があります。そのほかにもいろいろな種類の痛み止めがありますので、軽快するまで辛抱強く治療していきましょう。しかし、これらのお薬を使っても、痛みを完全に取り除くことが難しい場合もあります。痛みを受け入れ、痛みと上手につき合っていくことも考えなくてはなりません。①入浴：体を温めることで、血行が良くなり痛みが和らぐ、②保温：寒さや冷たさは痛みが増すので、冷たい風に直接当たらない、③ストレスや疲労を避ける、④趣味：積極的に取り組めることを見つけ、痛み以外のことに気を向ける、などの対処法をお勧めします。

帯状疱疹ワクチン

看護師 森めぐみ

帯状疱疹にならないようにするにはワクチンがあり、ワクチンで帯状疱疹の発症や重症化を予防することができます。帯状疱疹にかかるのを完全に防ぐものではありませんが、発症しても症状を軽くすませることができます。ワクチンは発症率が高くなる 50 歳以上の人に推奨されており、下記の 2 種類があります。

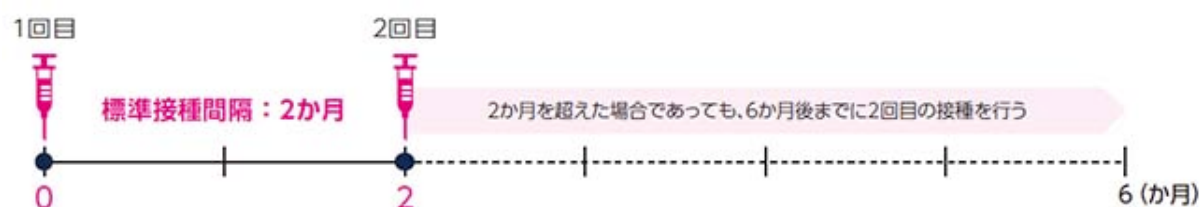
水痘ワクチン（1 回接種¥6,600）

小児にも使用されている水ぼうそうを予防するワクチンです。1 回の接種で約 5 年間帯状疱疹を予防する効果があると言われています。在庫が常時ありますので、予約は不要です。

シングリックス（1 回¥22,000 2 か月あけて 2 回接種）

2020 年に発売になったワクチンです。1 回目を受けた後、2 か月あけて半年以内に 2 回目を打つ必要があります。従来の水痘ワクチンに比べ、予防効果が高いと言われています。筋肉注射なので水痘ワクチンよりも注射後の腫れや赤み、痛みが強く出ることが多いようなので、利き腕ではない方に注射します。こちらは完全予約制となります。

＜接種スケジュール＞



6 か月を過ぎると 2 回目の接種ができなくなりますので注意してください。

2 種類のワクチンは免疫を作る仕組みが異なるため、時期をずらして両方接種することもできます。帯状疱疹にすでにかかってしまった人も、再発を予防するために接種をお勧めします。

帯状疱疹は 1 年間に人口 1,000 人あたり 4~5 人発症すると言われています。最上町の人口に当てはめると、毎年 30~40 人くらいが帯状疱疹になる計算です。身近な人にも帯状疱疹になった方や帯状疱疹後神経痛に悩んでいる方がいるのではないのでしょうか。今はワクチンで予防できる時代になりました。

何かわからないことがあれば、お気軽にお声がけください。



診療のご案内

	月	火	水	木	金	土
午前						
午後		休診	休診			休診

 午前の診療は 7：30 から 12：00 です。

 月木の午後は 14：00 から 18：00 です。

 金曜の午後は **16：00** から 19：00 です。

- ・ 仕事で診療時間内に受診できない方のために、隔週で金曜日の19：00 から 20：00 に予約外来を行っています。ご希望の方はお問い合わせください。
- ・ 土曜日は山形大学の今田先生（腎臓・膠原病専門）と渡邊先生（循環器専門）の外来があります。
- ・ 第3水曜日の午後は大腸内視鏡検査を行っています。一般の外来はありません。

带状疱疹ワクチンの料金

水痘ワクチン ： 6,600円（1回のみ）

シングリックス： 22,000円/回（2回接種）

シングリックスのみ予約が必要です