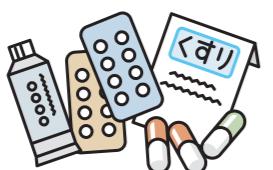


このように随伴症や後遺症が恐ろしい帯状疱疹の主因は自らの免疫の低下と言えます。従って発症予防には日頃からストレスを溜めず、働き過ぎに注意し食生活にも気を止めて免疫を保つことが重要です。

## 治療方法

不幸にも発症した場合、できるだけ早く抗ウイルス剤を投与することが最も大切です。抗ウイルス剤も複数の薬剤があります。それぞれの患者さんに合ったものを投与してもらってください。また発症前から急性期を経て帯状疱疹後神経痛までを含めた痛みを帯状疱疹関連痛と呼びますが、その痛みには十分な痛み止めを使用することが後遺症を残さないためにも重要です。

重症度や、合併症のリスクを考慮し、入院加療となる場合もあります。



### 抗ヘルペス薬による治療

- ① 早期に内服を開始する  
皮疹出現後72時間以内が望ましい。
- ② 効果発現までに2~3日を要する  
ウイルス増殖を抑える薬なので、効果が現れるまでに2~3日を要する。服薬後もしばらくは症状が進行することがあります。
- ③ 内服薬は7日間内服する  
ウイルスは皮膚だけではなく、神経でも増殖している。帯状疱疹後神経痛への移行を止めるためにも、7日間十分に内服する。
- ④ 投与量は用法・用量を遵守する  
十分な抗ウイルス作用の発揮のために、むやみな抗ヘルペスウイルス薬の減量は避ける。

## 50歳以降にワクチン接種が可能

帯状疱疹から帯状疱疹への感染はありませんが、水疱内には水ぼうそうウイルスがいるため同居人を中心に2週間の潜伏期間を経て水ぼうそう(水痘)をうつすことがあります。自らの免疫を保つために、加齢によるVZV免疫低下対策として、**50歳以降に自己負担でワクチン接種が可能になりました**。特に令和7年度から65歳での定期接種に公費負担制度ができました。65歳以降も5年刻みで公費負担されますので、この機会にぜひワクチン接種をご検討ください。ワクチンには生ワクチンと不活化ワクチンがあります。それぞれ長所・短所がありますので、担当医とご相談のうえ、ご自身に合ったものを探してください。



# 帯状疱疹

### 知っていますか？ 帯状疱疹

帯状疱疹は**主に50歳以上**に多い皮膚の病気です。

**水ぼうそう**にかかったことがあると**帯状疱疹**になる可能性があります。

日本人の成人  
**90%**以上の体内にウイルスが潜んでいます

帯状疱疹は  
**ワクチン**で  
予防できる  
病気です

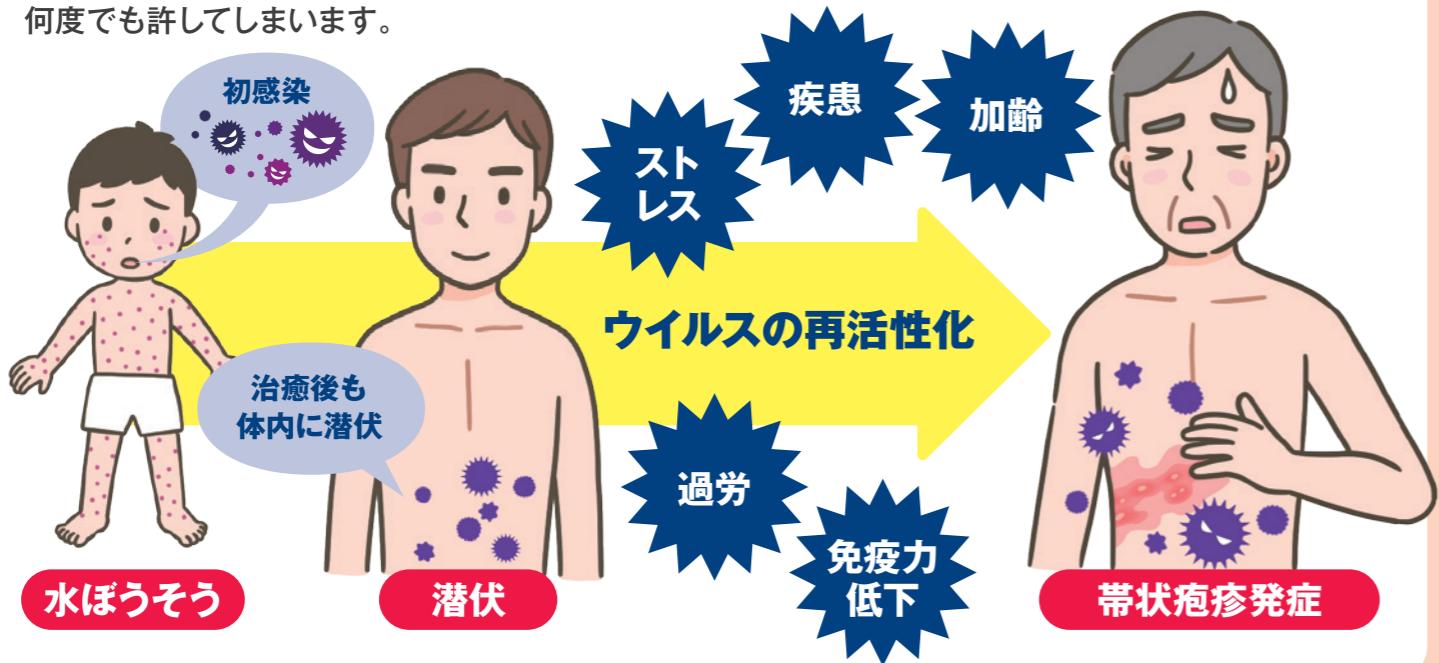
80歳までに  
**約3人に**  
**1人が発症**  
します



50歳を過ぎたら帯状疱疹の  
予防接種をしましょう

# 帯状疱疹ってどんな病気？

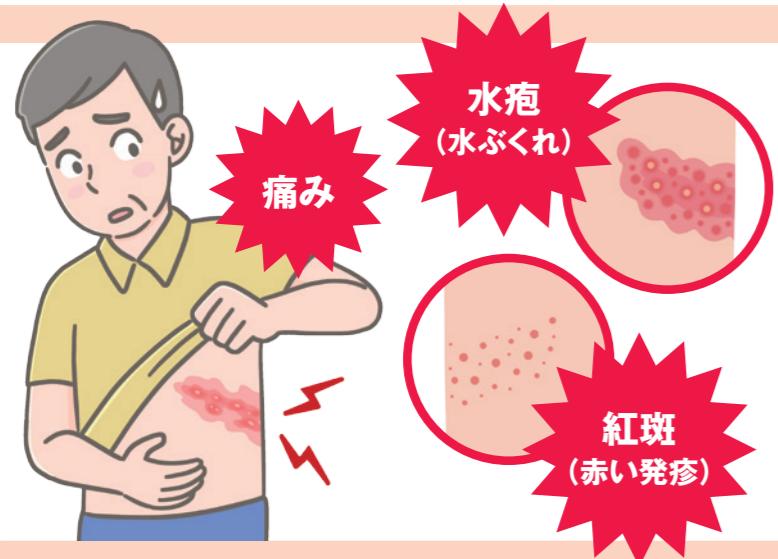
帯状疱疹は水痘帯状疱疹ウイルス（水ぼうそうウイルス＝VZV）による感染症です。VZVは全ての人が感染し皮膚に水ぼうそうを発症すると、その部位の感覚神経を上行し、その神経節に一生潜伏しています。我々はVZVに対する免疫を獲得すると、主に細胞性免疫でウイルスを抑制していますが、加齢、様々な疾患、ストレスなどの影響で免疫が低下すると神経節でのVZVの増殖を何度でも許してしまいます。



## 帯状疱疹の症状

神経節で増殖したウイルスは感覚神経の中を皮膚に向かって移動し、皮膚に帯状に紅斑や水疱を形成します。

その臨床像から病名が帯状疱疹（一般名：おびくさ）と言われます。



### 帯状疱疹罹患時の日常生活の注意点

#### できるだけ安静に！

十分な睡眠と栄養をとり、精神的・肉体的な安静を心がけましょう。可能なら、仕事は休みましょう。



#### 患部を冷やさない！

冷えると神経痛が悪化します。ただし、使い捨てカイロや温湿布薬の使用は、やけどやかぶれに注意しましょう。



## 後遺症について

水疱部位は治癒しても瘢痕となり傷痕が残ります。移動時に神経に傷がつくことで神経痛や感覚麻痺などを引き起します。

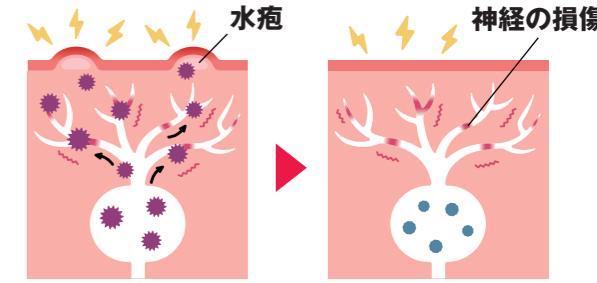
痛みは時間とともに消退することが多いですが、後遺症として痛みや異常感覚が残ってしまう**帯状疱疹後神経痛**は痛みの中でも最も痛いものの一つと言われています。



また神経の根元で運動神経へ感染が波及すると部位によってさまざまな運動麻痺を生じます。

- ・顔面では**顔面神経麻痺**や**眼球運動障害**
- ・眼神経や内耳神経に傷害が及ぶと**視力障害**や**聴力低下**、**平衡感覚障害**
- ・軀幹では**腹筋麻痺**により**腹部片側の膨隆**
- ・仙骨部では**排尿・排便障害**
- ・神経因性膀胱では**膀胱炎**や**腎盂腎炎**などの**泌尿器系感染症**の続発の危険性

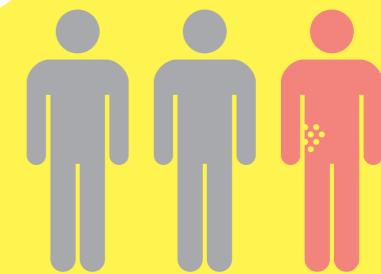
また全身の神経節でウイルスが増殖しているため、どの部位に生じた帯状疱疹でも**脳炎**や**髄膜炎**の危険性があります。



### ▼ 帯状疱疹の合併症

眼合併症	角膜炎、結膜炎、ぶどう膜炎、眼瞼下垂など
ハント症候群	顔面神経麻痺、耳鳴り、めまい、難聴など
中枢神経系合併症	無菌性髄膜炎、脳炎、脊髄炎など
末梢運動神経障害	運動麻痺、筋萎縮、膀胱・直腸障害など
播種性帯状疱疹	肺炎、肝炎、脳炎など

80歳までに



## 約3人に1人が発症

帯状疱疹の発症率は50歳以上で上昇し、日本では80歳までに約3人に1人が、帯状疱疹を経験すると推定されています。

#### 水ぶくれは破らない！

細菌感染を防ぐためにも、患部は触らず、清潔にしましょう。入浴は構いません。石鹼の使用も結構です。清潔なタオルで軽く押さえて水気を取りましょう。



#### お酒は控えましょう！

血管拡張により炎症がひどくなり、痛みが強くなることがあります。



#### 小さな子供との接触は避けましょう！

帯状疱疹としては感染しませんが、水ぼうそうにかかるつたことのない人や免疫が低下した人は水ぼうそうになることがあります。

