



知っておきたい病気・医療

「たい じょう ほう しん带状疱疹」

弱った時に襲ってくる「带状疱疹」

～つらい神経痛の後遺症になることも～



水疱瘡ウイルスが再活性化 50代以降は要注意！

免疫力が下がった時に、潜伏していた水疱瘡ウイルスが再活性化して発症する带状疱疹は、50代以降の発症率が高く、対処が遅いとつらい神経痛に悩まされる後遺症のおそれもあるので要注意です。带状疱疹の症状や正しい対処法について、東京通信病院副院長・皮膚科部長の江藤隆史先生に伺いました。

Adviser



東京通信病院副院長・皮膚科部長

江藤隆史 さん

1977年東京大学工学部卒業、1984年東京大学医学部卒業。1989年ハーバード大学へ留学（病理学教室研究員）。1994年東京通信病院皮膚科医長、1998年同院皮膚科部長。2014年より副院長を兼任。特にアトピー性皮膚炎、乾癬、接触皮膚炎、水疱症などを専門とする。

水疱瘡のウイルスが 再び暴れ出す「带状疱疹」

带状疱疹は、皮膚に带状に水ぶくれが現れる病気です。原因は、子どものころに多くの人がかかる水疱瘡のウイルス（水痘・带状疱疹ウイルス）で、水疱瘡が治った後もウイルスは体内の神経細胞が集まっている部分に潜伏しています。過労やストレスなどによって一部の免疫（メモリーT細胞という水疱瘡を抑えるリンパ球）が低下すると、潜伏していたウイルスが再び活性化し、神経を壊しながら広がります。

体の左右どちらか一方に、ピリピリ、チクチクといった神経痛が現れ、次第に、ポツポツと盛り上がった虫刺されのような赤い発疹が皮膚に出て、小豆大くらいの水ぶくれになり、带状に広がっていきます。带状といっても体を一周することはほとんど

なく、症状は体の片側だけに現れるのが特徴で、水ぶくれはやがて破れてただれた状態となり、かさぶたになります。

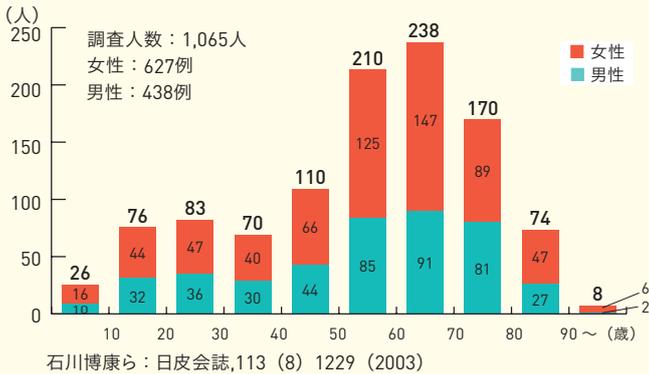
過去に水疱瘡にかかったことのある人は全員、ウイルスを持っています。自分の体の中のウイルスが原因なので、発疹が出ても带状疱疹として人にうつることはありませんが、水疱瘡にかかったことのない人に接すると、水疱瘡としてうつり、発症することがあります。

疲れた時に発症することが多い

带状疱疹を発症して医療機関にかかった人のデータを見ると、男性よりも女性に多く、60代を中心に、50～70代に多く見られます。

高齢者、抗がん剤やステロイド剤を使っている人などは免疫力が低下して带状疱疹のリスクが高くなります。働き盛りの世代も、仕事や家事が多忙

■帯状疱疹の発症年齢



で高ストレスの生活が続いている、極度に疲れている時に突然、帯状疱疹を発症することがあるので要注意です。一方で、ウイルスに接しやすい環境下にあるかなどの影響も大きく、子どもの水疱瘡に接する機会の多い小児科医や保育園の先生などは、その度に免疫が活性化するため、ウイルスを抑え込む免疫力が鍛えられ帯状疱疹になりにくいとも言われています。

発症する部位で多いのは胸から背中にかけての上半身ですが、顔面、特に目の周辺に発症することもあります。顔面や目の周辺に現れると、角膜炎や難聴、まれに髄膜炎などの合併症が生じることや、耳の周辺の場合は、三叉神経※と付近を通っている顔面神経にも炎症が起きて顔面神経麻痺になることもあります。

※三叉神経 「いたい」「さわった」「つめたい」「あつい」などの顔の感覚を脳に伝える神経

抗ウイルス薬は効果が現れるまでに2～3日かかる

帯状疱疹の治療の中心は抗ウイルス薬で、入院して点滴を行うか、外来での内服薬治療が可能です。抗ウイルス薬はいずれも効果が現れるまでに2～3日かかります。すぐに効果が見られなくても自己判断でやめたりせず、医師の指示どおりに服用することが大切です。

抗ウイルス薬を投与するのは1週間です。その間は無理をせず、十分な栄養と休息をとるようにしましょう。帯状疱疹を発症したら以下に気を付けましょう。

・患部を冷やさない

冷えると痛みがひどくなるため温めて血行を良くしましょう。

・水ぶくれは破らない

水ぶくれが破れると細菌に感染しやすくなります。

・水疱瘡にかかったことのない乳幼児との接触を控える

帯状疱疹自体はうつりませんが、水疱瘡にかかったことのない人に接すると、水疱瘡としてうつり、発症することがあります。

治療が遅れ、症状が進むと帯状疱疹後神経痛が続くことも

重症の場合や治療が遅れた場合、最も厄介なのは、発症から3カ月以降に「帯状疱疹後神経痛」に移行してしまうことです。急性期の炎症によって神経が損傷してしまうと、皮膚の炎症が治まった後も痛みの刺激が残ります。神経痛は徐々に改善に向かいますが、数カ月で治まる人から数年にわたって激しい痛みに苦しめられる人まで個人差があります。60歳以上の人、皮膚症状が重症な人、夜も眠れないほど強い痛みがある人などは帯状疱疹後神経痛が残る可能性が高いため、特に注意が必要です。

薬やペインクリニック（※）で行う神経ブロックなどの治療で、一時的に痛みのない状態にすることができますので、こうした対策を根気よく続けましょう。

※ペインクリニック 痛みを取り除くことを専門とする診療所

予防の選択肢に「水痘ワクチン」も

帯状疱疹予防のためには、栄養と睡眠を十分にとり、ストレスをためないことが基本ですが、50歳を過ぎたらワクチン接種も選択肢の一つです。小児の水疱瘡予防が目的だった「水痘ワクチン」が、50歳以上の成人に対しても帯状疱疹の予防を目的に接種が認められるようになりました。

帯状疱疹は過密スケジュールの仕事や家族の看病、介護といったストレスが重なって、免疫力が低下した時に発症します。食事を疎かにしない、しっかりと睡眠をとる、といったことを心掛け、帯状疱疹を発症させない生活を送りましょう。

