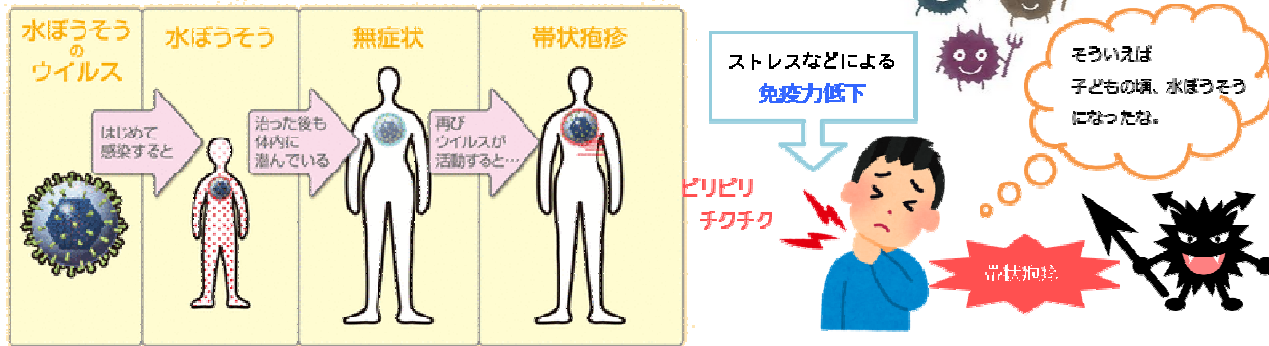


季節の変わり目には、風邪などで体調をくずし、免疫力が低下しやすくなります。そんなときに注意したい病気の1つに、帯状疱疹があります。今回は帯状疱疹について紹介します。

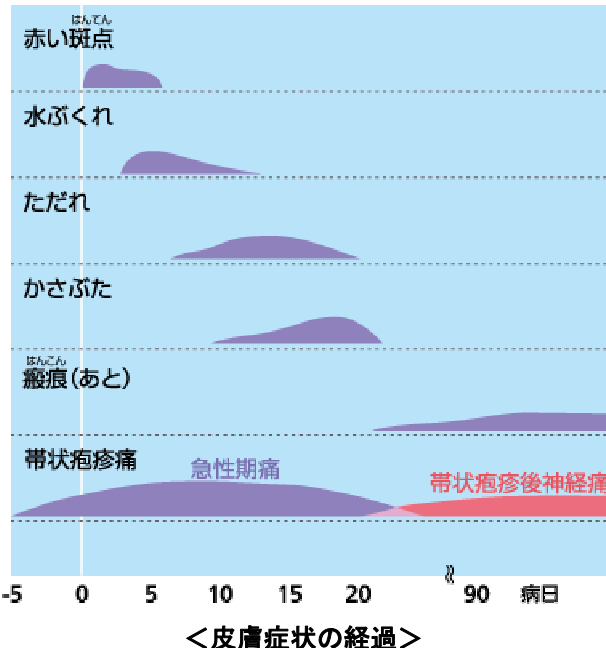
●帯状疱疹とは？

帯状疱疹は、身体の中に潜んでいたヘルペスウイルスの一種、水痘・帯状疱疹ウイルスによって起こります。はじめて水痘・帯状疱疹ウイルスに感染したときは、水ぼうそうとして発症します。水ぼうそうが治ったあとも、ウイルスは体内の神経節に潜んでいます。加齢やストレスなどが引き金となってウイルスに対する免疫力が低下すると、潜んでいたウイルスが再び活動を始め、神経を伝わって皮膚に到達し、帯状疱疹として発症します。通常は生涯に1度しか発症せず、免疫が低下している患者さんを除くと再発することはまれです。



●帯状疱疹の症状

身体の左右どちらか一方に、ピリピリと刺すような痛みと、これに続いて赤い斑点と小さな水ぶくれが帯状にあらわれるのが特徴です。水ぶくれの大きさは粟粒大～小豆大で、ウイルスが原因となる水ぶくれの特徴として中央部にくぼみがみられます。皮膚と神経の両方でウイルスが増殖して炎症が起こっているため、皮膚症状だけでなく強い痛みが生じます。



- 頭部～顔面 17.6%
- 頸部～上肢 14.5%
- 上肢～胸背部 31.2%
- 腹背部 19.6%
- 腰臀部～下肢 17.1%

●好発部位

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。

●気をつけるべき後遺症

通常、皮膚症状が治ると痛みも消えますが、その後もピリピリするような痛みが持続することがあります。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。

急性期痛は、皮膚や神経の炎症によるものですが、帯状疱疹後神経痛は神経の損傷によるものです。帯状疱疹後神経痛が残った場合は、ペインクリニックなどでの専門的な治療が必要となる場合があります。

☑ 帯状疱疹後神経痛になりやすい人！

- 皮膚症状が重症
- 夜も眠れないほど強い痛みがある
- 高齢者（60歳以上）



●帯状疱疹の治療について

抗ヘルペスウイルス薬

抗ヘルペスウイルス薬はウイルスの増殖を抑えることにより、急性期の皮膚症状や痛みなどをやわらげ、治るまでの期間を短縮します。さらに合併症や後遺症を抑えることも期待されます。飲み薬は、効果があらわれるまでに2日程度かかります。服用してすぐに効果があらわれないからといって、服用量を増やしたり、途中でやめたりしないで、指示通りに服用してください。

抗ヘルペスウイルス薬は、発病早期に服用を開始するほど、治療効果が期待できます。帯状疱疹の特徴的な症状を自覚したら、できる限り早く医師にご相談ください。

* 必要に応じて、消炎鎮痛薬が使われたり、痛みに対して神経ブロックという治療が行われることがあります。

●日常生活の注意点

★出来るだけ安静にしましょう

帯状疱疹は疲労やストレスが原因となり、免疫力が低下したときに発症します。十分な睡眠と栄養をとり、精神的・肉体的な安静を心がけることが回復への近道です。

★患部を冷やさないようにしましょう

患部が冷えると痛みがひどくなります。患部は冷やさずに、できるだけ温めて血行をよくしましょう。ただし、使い捨てカイロや温シップ薬は、やけどやかぶれに注意して使いましょう。

★水ぶくれは破らないように気をつけましょう

水ぶくれが破れると、細菌による感染が起こりやすくなります。細菌による化膿を防ぐためにも、患部は触らないようにしましょう。

★小さな子供との接触は控えましょう

帯状疱疹が他の人にうつることはありませんが、水ぼうそうにかかったことのない乳幼児は水ぼうそうを発症させる可能性があります。

帯状疱疹は早期に適切な治療を行うことで、症状を軽くし、合併症や後遺症である帯状疱疹後神経痛のリスクを減らすことができます。帯状疱疹かなと思ったら、早めに医師にご相談ください。