

带状疱疹、またはヘルペスという言葉聞いたことがある方も多いのではないのでしょうか。带状疱疹は誰でもかかる可能性のある病気です。

今回は、「**带状疱疹**」についてお話をします。

● 带状疱疹の原因は？

带状疱疹はヘルペスウイルスの一種（水痘・带状疱疹ウイルス）が原因で発症します。これは、水ぼうそうの原因ウイルスと同じウイルスです。（口唇ヘルペスの原因ウイルス（単純ヘルペス）とは違います。）

多くの人は子供の頃に水ぼうそう（水痘）にかかりますが、このウイルスは症状がおさまっても神経節に潜伏しています。その後、身体の抵抗力（免疫力）が落ちたときにウイルスが再び活性化し、带状疱疹として再発します。



● 带状疱疹の症状

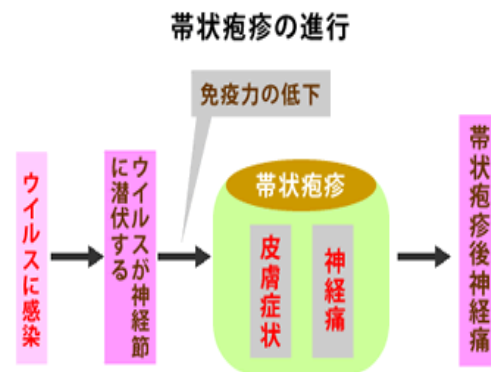
身体の片側にチクチクするような痛み（神経痛）を感じ、その後、皮膚に赤い発疹ができ、水ぶくれが広がっていきます。発疹や水ぶくれは神経に沿って帯状に現れ、胸から背中、おなかによくみられます。この頃には軽い発熱やリンパ節の腫れなどがみられることもあります。やがて水ぶくれはかさぶたとなって治ります。

痛みが現れ始めてから治るまでには 3 週間ほどかかります。この間、非常に強い痛みを伴うことが多く、発疹や水ぶくれが治った後にも神経痛が残ることがあります（带状疱疹後神経痛）。

● どんな人がかかりやすい？

带状疱疹は、水ぼうそうにかかった人のうち 4~6 人に 1 人がかかるといわれる身近な病気です。ウイルスが再活性化する原因には加齢やストレス、過労、抗癌剤やステロイド等の投与による免疫力の低下などがあげられます。したがって、高齢者がかかりやすいと言われていますが子供や若い人にもみられます(図 1)。

带状疱疹後神経痛は高齢者ほど現れやすくなると言われ、早期治療が重要となります。



● 带状疱疹の治療

通常、抗ウイルス剤の内服薬（ゾビラックス®、バルトレックス®など）を使います。全身症状がない場合はアラセナーA軟膏®を患部に塗布します。これら抗ウイルス剤はウイルスの増殖を抑える薬であり、皮膚の病変には十分な効果が期待できません。

しかし、疱疹による痛みや疱疹後に残った神経痛には抗ウイルス剤はあまり効果がありません。この神経痛には痛み止めを使用したり、神経ブロックを行います。神経ブロックとは痛みに関わる神経の周辺に麻酔薬や抗炎症薬を注入して痛みを取り、炎症を抑え、神経の回復を早める方法です。また、神経性の痛みに対する痛み止めの内服薬（リリカ®）が、2010 年から使用できるようになりました。

● 带状疱疹にならないために・・・

○ ワクチン

带状疱疹の予防には水痘（水疱瘡）のワクチンが効果的であることがわかり、日本では 1 歳以上で水疱瘡にかかった経験がない人、成人女性および 50 歳以上の人などで使用できます。自費で 1 万円ほどかかりますが、50 歳以上の人については、発症を半分に、神経痛が残る人を 3 分の 1 に減らすと報告されています。

带状疱疹に詳しい皮膚科やペインクリニックに相談してください。

○ 生活の改善

带状疱疹は体の抵抗力が下がった時に、原因ウイルスが再び活動しはじめることにより発症します。よって日頃から体力を保ち、抵抗力を下げないようにすることが効果的です。以下の事に気をつけましょう。

- ・ ストレスをためないよう、気分転換を積極的に行う。
- ・ 栄養と睡眠を十分に取る。
- ・ 適度な運動を行うようにする。

n=1,065

図 1 带状疱疹の年齢別患者数



<参考>

出典：石川博康ら：日皮会誌, 113 (8), 1229 (2003)

- ・ 「水痘・带状疱疹」 メディカルトリビューン社
- ・ 月刊薬事 vol. 49 No. 11