

<50 歳を過ぎたら気を付けたい、带状疱疹>

逗子診療所 看護師長 田縁加寿子

<带状疱疹とは>

多くの人が子どもの頃に感染する水ぼうそうのウイルスが原因です。水ぼうそうが治った後も、ウイルスは背骨に近い神経に症状を出さない状態で潜んでおり、加齢や疲労、ストレスなどによって免疫力が低下するとウイルスが再び目覚め、带状疱疹として発症します。



愛知医科大学 皮膚科学講座 渡辺大輔先生 ご提供

<带状疱疹の主な症状は>

体の左右どちらかに生じる痛みやかゆみを伴う発疹です。痛みを伴う発疹は、小さな水ぶくれに変化すると次第に数を増し、一部には膿がたまります。その後かさぶたとなって皮膚症状は治癒し、同時に痛みも治まります。

多くの場合、皮膚症状が治ると痛みも消えますが、神経の損傷によってその後も痛みが続くことがあり、これは「带状疱疹後神経痛(PHN)」と呼ばれ、最も頻度の高い合併症です。また、带状疱疹が現れる部位によって、角膜炎、顔面神経麻痺、難聴などの合併症を引き起こすことがあります。



带状疱疹は、一度発症したら二度とならないわけではなく、約 6%の割合で繰り返し発症することがあります。

<主な合併症>

神経が損傷されることで、皮膚の症状が治った後も痛みが残ることがあり、3か月以上(半年・1年)痛みが続くものを帯状疱疹後神経痛(PHN)と呼びます。

PHNは、「焼けるような」「締め付けるような」持続性の痛みや、「ズキンズキンとする」痛みが特徴です。患者さんによっては、「やけ火鉢を当てられた」「電気が走る」など表現する方もおられます。

PHNになりやすい因子として、年齢(高齢者に多い)、痛みが強い、皮膚症状が重症である、などがあります。

50歳以上で帯状疱疹を発症した人のうち、約2割がPHNになるといわれています。

PHNは日常生活や精神状態にも影響を与えます。



目の合併症のリスクが高い帯状疱疹

帯状疱疹は頭部から顔面に症状が現れることもあり、目の症状として角膜炎や結膜炎、ぶどう膜炎などの合併症を引き起こすことがあります。重症化すると視力低下や失明に至ることもあります。

その他の合併症として、顔面神経麻痺や耳の帯状疱疹を特徴とする「ラムゼイ・ハント症候群」と呼ばれるものがあります。耳の神経への影響から、耳鳴り、難聴、めまいなどを生じます。

< 帯状疱疹の治療は >

帯状疱疹の治療は、原因となっているウイルスを抑える抗ウイルス薬と、痛みに対する痛み止めが中心となります。帯状疱疹の痛みは発疹とともに現れる痛みと、その後、神経が損傷されることにより長く続く痛みに分けられ、それぞれに合った痛み止めが使われます。

発疹やそれに伴う痛みに対する治療

帯状疱疹後神経痛に対する治療

抗ウイルス薬

痛み止め

痛み止め

(鎮痛補助薬、オピオイド鎮痛薬など¹⁾)

1) 日本ペインクリニック学会神経障害性疼痛薬物療法ガイドライン改訂版作成ワーキンググループ編: 神経障害性疼痛薬物療法ガイドライン改訂第2版, p90-92, 真興交易医書出版部, 2016

症状が重い場合や免疫力が低下している場合には、入院した上で抗ウイルス薬の点滴による治療が必要となることがあります。

帯状疱疹に対して塗り薬が使われることがあります。

抗ウイルス薬の塗り薬(軟膏など)には、皮膚の表面でウイルスが増えるのを抑える効果が期待できます。抗ウイルス薬の塗り薬は、ごく軽症の場合や、すでにウイルスの活性化が抑えられている場合に使われます²⁾。



<予防は出来るの？>

子どもの時に水痘・帯状疱疹ウイルスに感染した人は、このウイルスに対する免疫を持っていますが、獲得した免疫は年齢とともに弱まり、帯状疱疹を発症してしまうリスクが高くなる傾向があります。

帯状疱疹の発症率は50歳を超えると急激に上昇、80歳までに3人に一人が罹患すると言われています。ワクチンの接種は帯状疱疹を発症しないための選択肢のひとつになります。帯状疱疹ワクチンには2種類あります。



ワクチンは帯状疱疹を完全に防ぐものではありません。

健康な高齢者でも、加齢により免疫力が低下していると考えられます。日頃から十分な休息をとりながら免疫力の維持を心がけ、免疫力を低下させる疲労やストレスのない規則正しい生活を送りましょう。一般に、好き嫌いのある食事、運動不足、睡眠不足などは免疫力を低下させてしまうといわれています。

	弱毒性水痘ワクチン(ビケン)	帯状疱疹ワクチン(シングリックス)
ワクチンの種類	生ワクチン	不活化ワクチン
接種回数	1回(0.5ml皮下注)	2回(2 カ月後に 2 回目)0.5ml筋肉注射
予防効果	50～60% (8 年目 31.8%)	90%以上 (10 年以上 80%を超える)
持続程度	5 年程度	9 年以上
副反応	軽度の疼痛、発熱	中等度の疼痛、発赤腫脹、筋肉痛、疲労感
長 所	1 回で済む、値段が安い	予防効果が高い、持続期間が長い 免疫の低下している人にも接種できる
費用 組合員	7,400 円(税込)	22,440 円/1 回 (税込)
非組合員	9,600 円(税込)	24,640 円/1 回 (税込)
行政補助対象者	自己負担 3,000 円	自己負担 1 回 7,000 円

※ 接種希望の方は、予約になりますので各診療所までお問い合わせください。