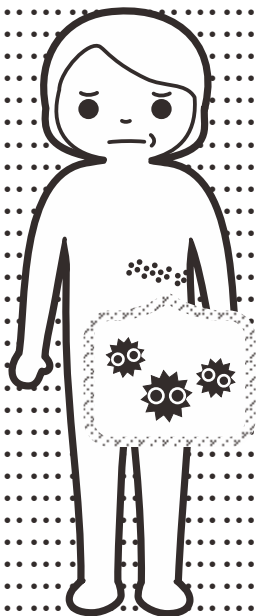


# 帯状疱疹

たいじょう  
ほうしん



赤いポツポツ

連なっている

片側だけ

強い痛み

## 帯状疱疹は こんな病気です

❗ 早期発見が大切

### 症状と経過

体の左右どちらか片側がピリピリと痛み、  
皮膚に帯状の発疹が現れます。

おびょう



発症しやすい部位

脇腹などがピリピリ・チクチクと痛む

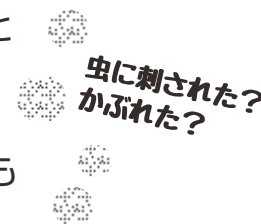
▼  
痛みが徐々に強くなる

▼  
数日～1週間ほど経つと  
痛みを感じる部位に発疹が現れる

ほとんどの場合、左右どちらか一方の  
神経に沿って、赤いポツポツが帯状に  
連なってたくさんできる

水ぶくれになり、だんだん大きくなる

上記のような症状が現れても、帯状疱疹だと  
すぐに気付かず治療が遅れてしまったり、  
全く違う病気や他の皮膚炎と間違えるなど、  
適切な対処ができずに重症化してしまう例も  
少なくありません。



宣言  
明るい笑顔  
すぐ返事  
伝える元気

かちどき薬品  
げんき君 ホームページ  
健康に関する情報がいっぱい  
<http://www.genki1616.co.jp>

かちどき薬品グループ



かちどき薬局のブログ  
[kachidokiblog.blog.fc2.com](http://kachidokiblog.blog.fc2.com)



Seedling 2015 3月号

Copyright © 2015 かちどき薬品株式会社 <http://kachidokikk.co.jp/>  
健康情報サイト げんき君 <http://genki1616.co.jp>

## 重症化すると(合併症)

重症化してしまうと、激しい痛みが長期間続いたり発疹の痕が残ることがあります。

皮膚の症状だけでなく  
発熱・頭痛・リンパ節の腫れがみられたり、  
耳鳴り・難聴・顔面神経麻痺などを  
起こす場合があります。  
また、尿が出なくなることもあります。

顔に発症した場合には目に合併症が現れ、  
角膜炎や結膜炎を起こすことがあります。

耳の中や耳の周りに発症した場合には  
髄膜炎を起こすことがあります。

ウイルスが脳に感染すると  
脳炎を起こし、命に関わることもあります。

## 発疹が治ってから(後遺症)

皮膚の発疹が治っても完全に治ったとは  
言い切れません。その後も神経の損傷によって  
痛みだけが長く続いてしまうことがあり、  
「帯状疱疹後神経痛」と呼んでいます。  
この痛みは3年～10年ほど続くことがあります。



## 発症のしくみ・原因

体内に潜んでいた  
水ぼうそうのウイルスが原因

このウイルスに初めて感染した時は  
水ぼうそうとして発症します。  
水ぼうそうが治った後も、ウイルスは  
体内の神経節に潜んでいます。

免疫の働きが低下すると、  
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。

50歳代以上の人に多い

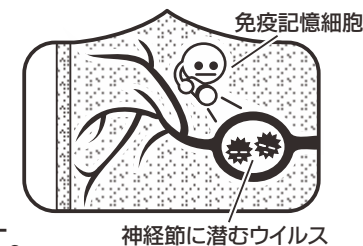
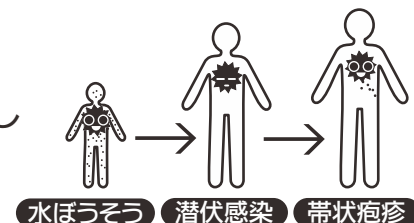
初めて水ぼうそうにかかると  
「免疫記憶細胞」ができて、  
ウイルスが再び活動するのを抑えます。

ほとんどの場合、水ぼうそうになるのは子どもの頃です。  
免疫記憶細胞の働きは20年くらいで低下するため、  
20歳～30歳代で発症がみられます。

また、免疫記憶細胞の数は50歳以降に減ってしまいます。  
加齢により免疫の働きが低下しやすい50歳～60歳代  
以上での発症が最も多くなります。

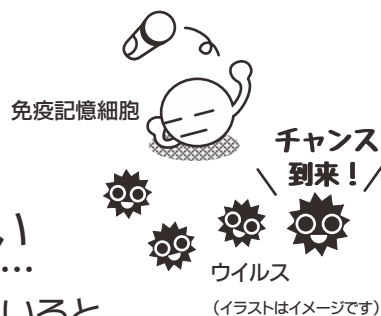
ヘルペスウイルスの一種  
すいとう  
「水痘・帯状疱疹ウイルス」

ほとんどの人が、この  
ウイルスに感染しており、  
帯状疱疹は一般的な  
感染症です。  
日本人の5人に1人が、  
一生に一度は発症する  
とされています。



# 発症のきっかけ

免疫の働きが低下すると  
ウイルスが再び活動しやすい



加齢の他、何らかの病気にかかっていると  
免疫の働きは低下してしまいます。特に手術後や  
放射線治療の後なども発症しやすい時です。

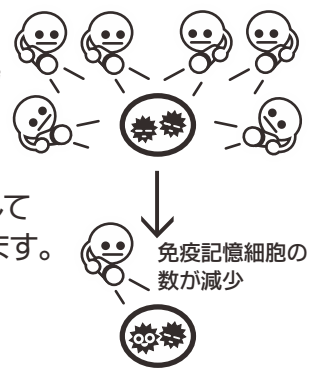
…免疫の働きが低下する主な原因…

## ■過労・ストレス

心身の疲れや過剰なストレスなどで  
免疫の働きが低下した時に発症します。  
最も多い発症のきっかけです。

## ■糖尿病 ■慢性腎臓病 ■悪性腫瘍

糖尿病・慢性腎臓病・悪性腫瘍の場合には、  
免疫の働きが著しく低下してしまいます。  
特に糖尿病では免疫記憶細胞の数が減少して  
帯状疱疹を発症・悪化しやすい傾向があります。

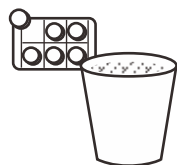


## ■アレルギー性疾患

アレルギー性鼻炎・気管支喘息・アトピー性  
皮膚炎などがあると、帯状疱疹ウイルスに  
対する免疫の働きが弱くなります。

## ■膠原病・関節リウマチ

病気が直接のきっかけではありませんが、  
長期間服用する治療薬(ステロイド)が  
免疫の働きを低下させます。

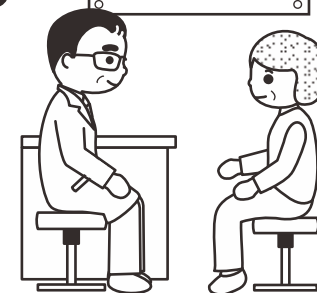


# 発症した時の 対処法

## なるべく早く受診する

早期に適切な治療を行うことで、  
症状を軽くし、合併症や後遺症の  
リスクを減らすことができます。

症状を正しく  
伝えましょう。



## 治療

中高年～高齢の方は、放っておくと  
重症化する可能性が高いため、  
薬による治療を早く開始することが  
求められます。

早く服用を始める  
ほど、治療効果が  
期待できる

## ■ウイルスの増殖を抑える「抗ウイルス薬」

## ■痛みを抑える「鎮痛薬」「神経ブロック」

抗ウイルス薬は、ウイルスの増殖を抑えて、急性期の皮膚の  
症状や痛みをやわらげ、治るまでの期間を短縮します。  
重症化を防ぎ、合併症や後遺症を抑える効果も期待されます。  
また必要に応じて鎮痛薬や神経ブロックで痛みを抑えます。

…治った後の慢性的な痛み(後遺症)の治療…

## ■痛みを抑える「帯状疱疹後神経痛治療薬」

## ■強い痛みを一時的に抑える「神経ブロック」など

# 日常生活で注意すること

## ！できるだけ安静に

発症後に無理をすると重症化しやすくなります。十分な睡眠と栄養をとり、安静を心掛けて治療に専念することが回復への近道です。



## ！患部を冷やさない

患部が冷えると痛みがひどくなります。冷やさずに、できるだけ患部を温めて血行をよくしましょう。



## ！水ぶくれは破らない

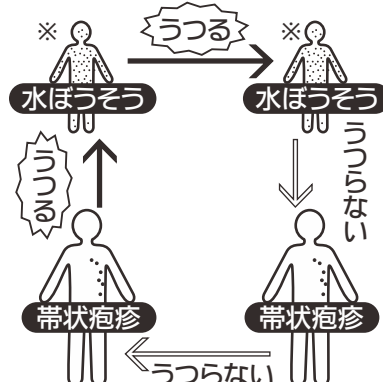
水ぶくれが破れると、細菌による感染が起りやすくなります。患部は触らないようにしましょう。



## ！若い子どもと接触しない

帯状疱疹は他の人にうつることはありません。

※水ぼうそうにかかったことのない乳幼児



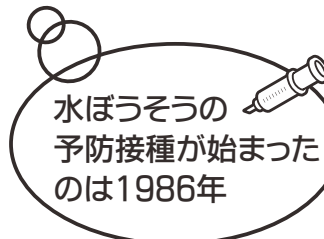
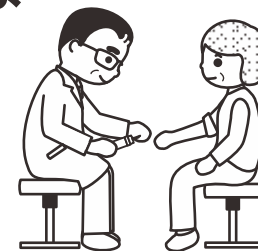
ただし、水ぼうそうにかかったことのない乳幼児に接触すると、水ぼうそうを発症させる恐れがあります。

# 発症や重症化を防ぐには

## ◎水ぼうそう予防ワクチンの接種

ワクチンによって体の中へウイルスが新たに入ると、免疫の働きが高まります。すると体内に潜んでいたウイルスの再活性化を防ぐことができます。

子どもの時に予防接種をしていない世代の多くは自然感染しており、高齢になってから発症して重症化する危険性が高いため、特にワクチン接種が勧められます。



## ◎免疫力を高める生活習慣や食生活

帯状疱疹の発症には、普段からの生活習慣と食生活が大きく影響します。不規則な生活や睡眠不足などで免疫力が低下しないよう、生活習慣を改めることが帯状疱疹の予防につながります。

- × 過労
- × 不規則な生活
- × 睡眠不足
- × 風邪をひく
- × 食生活の乱れ
- × 過剰なストレス

## ◎ストレスを防ぐ

心身の疲労や過剰なストレスは、さまざまな病を引き起こし、帯状疱疹の発症にも関わります。ストレスはためこまないようにしましょう。

# 何度も発症する？

通常は生涯に一度しか発症せず、免疫の働きが著しく低下している人を除くと、何度も発症することは稀だと言われています。

