

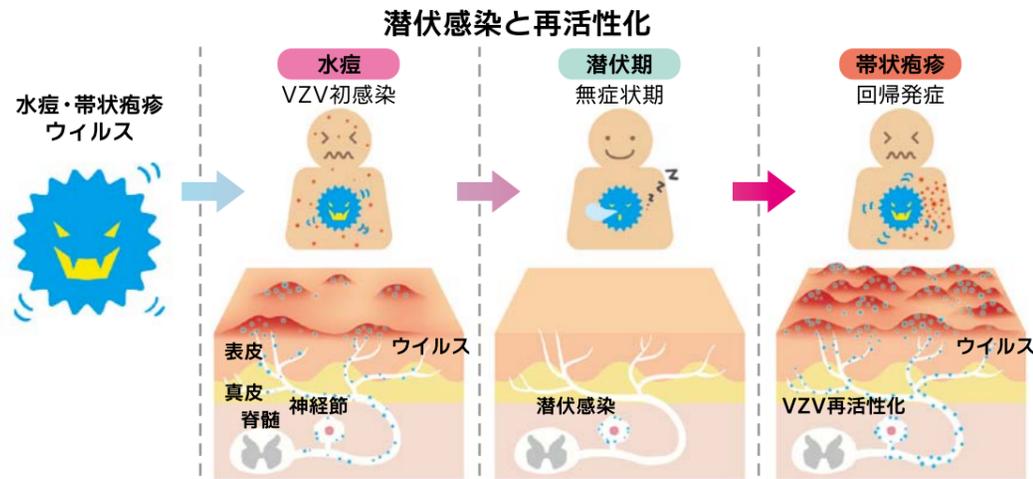


早く治療して

痛みを残さない

带状疱疹

■ 水ぼうそうと带状疱疹の関係



子どものころにかかった水ぼうそうのウイルスが、長い潜伏期間を経て再び暴れ出すことで起こる**带状疱疹**。痛みと、帯状に広がる発疹が特徴です。発疹が出てから3日以内に適切な治療を受けると、1週間ほどで治りますが、治療開始が遅れると重症化したり、「**带状疱疹後神経痛**」と呼ばれる痛みが残ったりするリスクが高くなります。発症までの特徴を知り、**带状疱疹が疑われる場合はすぐに皮膚科を受診**しましょう。

まず痛みが現れ その後に発疹ができる

带状疱疹は、体の左右どちらか片側に、赤い発疹や水疱（水ぶくれ）が带状にできる病気です。多くの場合、強い痛みも伴います。

症状は、まず痛みが現れます。その感じ方は個人差が大きく、ヒリヒリ、ピリピリ、チリチリ、ズキズキ、ズーンと響くなど患者さんによって表現はさまざまです。

それから数日経つと、痛む部位にポは片頭痛や脳の病気、口の中は虫歯や口内炎などがよく疑われます。また、痛む部位に湿布を貼り、その

ツポツと虫刺されのような赤い発疹ができ、次第に帯状に広がります。発疹はやがて水疱になっていきます。

治療を受けないでいると症状のある範囲が広がり、膿が出たり、潰瘍になったりするなど重症化するリスクが高くなります。さらに、潰瘍が癒痕になり、それが顔であれば片側の皮膚が崩れて変形することもあります。一説には「四谷怪談」のお岩さんは带状疱疹だったとされています。

痛みは通常、皮膚症状とともに消えていきますが、なかには数か月から10後に出了た皮膚症状を湿布薬によるかぶれと思いついでいる場合も少なくありません。

体の片側に痛みが生じ、それに続いて発疹が現れたら、自己判断をせずに**带状疱疹を疑ってすぐに皮膚科を受診**することが大事です。

潜んでいた水ぼうそうの ウイルスが活動を再開

带状疱疹の原因は、水ぼうそう（水痘）と同じ**水痘・带状疱疹ウイルス**です。水ぼうそうは、ほとんどの人が9歳ころまでにかかります。このとき体内でウイルスを攻撃する抗体がつくられ、これがウイルスを排除するので、多くは重症化することなく治ります。この抗体はウイルスの再攻撃も防いでくれるため、一度水ぼうそうにかかったら、二度とかかりません。

しかし、ウイルスは死滅したわけではありません。生き残った一部のウイルスが、痛みなどを伝える知覚神経の根元（後根神経節）に隠れて住みつき

監修



東京通信病院
副院長、皮膚科部長
江藤 隆史 先生
(えとう・たかふみ)

●略歴

1977年、東京大学工学部計数工学科卒業。1984年、東京大学医学部医学科卒業。同大学医学部皮膚科助手、米国ハーバード大学病理学教室研究員、東京大学医学部皮膚科講師・病棟医長、東京通信病院皮膚科医長などを経て、1998年、同病院皮膚科部長。2014年より現職。東京大学医学部非常勤講師も務める。日本皮膚科学会代議員・運営委員、日本臨床皮膚科医会副会長。

年以上も続く場合があります。これが**带状疱疹後神経痛**で、带状疱疹の最大の問題点です。

症状は全身のどこにでも現れる可能性がありますが、特に多いのは胸からおなか、背中などの体幹部、上肢、頭部や顔面です。痛みが先行することが多いため、痛む部位の病気と考えて診療科を選びがちですが、皮膚の病気で

たとえば、胸が痛いときは狭心症などの心臓の病気、肩や腰は五十肩や腰痛症、おなかには虫垂炎や尿路結石、頭

るので症状は現れませんが、数年から数十年後に、再び活動を始めることがあります。これを**再活性化**といい、これによる病気を带状疱疹と呼びます。ですから、子どものころ、水ぼうそうにかかったことのある人なら、だれでも带状疱疹を発症する可能性があります。

再活性化したウイルスは、増殖しながら知覚神経を伝って体の表面である皮膚のほうへと移動します（上図参照）。そのため、まずウイルスのすみかだった神経が傷つけられて痛みが生じ、ウイルスが皮膚に近づいてから赤い発疹や水疱などの皮膚症状が現れるのです。

50歳代以上に多い発症 免疫力低下が引き金に

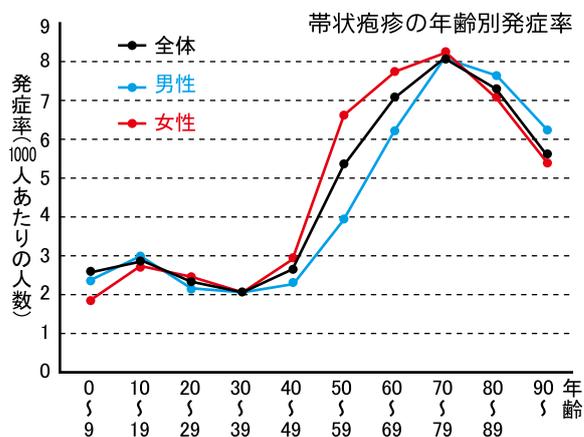
長い間、後根神経節でおとなしく休んでいたウイルスが、なぜ急に再活性化するのか、詳しいことはわかっていません。明らかなのは、免疫力が低下したときに発症しやすいことです。免疫力が低下するのは、過労状態の

発症には、過労、ストレス、加齢も影響

ときやストレスが多いときで、加齢も影響します。日本での発症率を見ると、男女を問わず50歳代で急に上がり、以後は高い状態を維持しています（右グラフ参照）。これは、一般に50歳代ぐらいから免疫力が低下することと関係があると考えられます。

そのほか、がんや糖尿病、関節リウマチなど免疫力が低下する病気にかかっている人、ステロイド薬や抗がん剤など免疫力が低下する薬を使っている人などは帯状疱疹を発症しやすくなります。

■50歳代から急に高まる発症率



※1997～2011年の平均 (Toyama N, Shiraki K, et al. IASR, 2013)

痛みを残さないために 発疹後3日以内に治療を

治療のポイントは、発疹が出てから3日以内に、ウイルスの増殖を抑える抗ウイルス薬の投与を始めることです。現在よく使われている薬には、2種類の内服薬があり、どちらも7日間続けます。

その他に、入院が必要ですが、点滴薬もあります。また痛みに対しては、非ステロイド性消炎鎮痛薬などを併用します。

薬物療法と同じぐらい大事なのが、ゆつくり休むことです。帯状疱疹は免疫力が低下したときに発症するので、

治療中は安静にして免疫力の回復に努めましょう。家にいると休めない人には、入院をすすめます。

多くの場合、この治療で皮膚症状とともに痛みも消えていきますが、治療が遅れると重症化したり帯状疱疹後神経痛が残ったりするリスクが高くなります。

帯状疱疹後神経痛はピリピリするよ
うな強い痛みが長く続くやっかいな症
状で、「もう耐えられない。この痛む
腕を切って欲しい」と訴える患者さん
もいるほどです。うつ状態になる人も
少なくなく、避けなければならない後
遺症といえます。

帯状疱疹後神経痛を防ぐためにも、

ワクチンで予防も可能

帯状疱疹の発症や重症化を防ぐために、**水痘ワクチン**を接種することができます。接種すると、原因ウイルスに対する免疫力が強化されます。

アメリカで行われた、ワクチンを接種した人と接種していない人（どちらも60歳以上）を追跡した大規模な試験によると、接種した人は帯状疱疹を発症する確率が2分の1に、帯状疱疹後神経痛が残る確率は3分の1に減っています。

大人の接種は自費で、1万円程度です。帯状疱疹を発症するリスクの高い人は検討するといでしょう。

症状に気づいたら、すぐに皮膚科を受診しましょう。それが金曜日の夜から日曜日の間であれば、土日も開いている病院や地域の休日当番医、救急外来などを、旅行中であれば現地の病院を受診して、とにかく早く治療を始めることを最優先にしてください。