



ひふのたね



带状疱疹について（後編）

井上病院 皮膚科 久山 陽子医師

带状疱疹の治療法は？

抗ヘルペスウイルス薬を使用します。これは、**ウイルスの増加を抑え、発疹や痛みを和らげて、治るまでの期間を短くする薬**です。

そのため、带状疱疹と分かったら**早めに内服すると効果的**です。「带状疱疹かもしれない」と思ったら、早めに受診してください。

痛みに対しては鎮痛剤、炎症を抑える薬、神経障害に対する薬などを使用します。带状疱疹は疲れやストレスが原因となって、免疫力が低下した際に出る病気です。十分な睡眠や栄養をとって、ゆっくり休むことが治療になります。

病変部を冷やすと、痛みがひどくなりやすいとされています。冬は寒い場所で過ごさないように、夏でもクーラーなどで冷やさないように注意してください。入浴については、疲れていれば無理に入らなくても構いませんが、入りたい場合はぜひ湯船に浸かって体を温めてください。血行が良くなると痛みが和らぎます。



温める目的でおなかに腹巻きをしたり、頭なら帽子をかぶったりするのもオススメです。また服を1枚増やしたり、ストールやマフラーを活用したり、低温やけどに注意しながら衣類の上からカイロで温めるのもいいでしょう。



带状疱疹のワクチンについて

50歳以上で带状疱疹になる人が多いため、**50歳を過ぎたら带状疱疹ワクチンの接種をすすめています**。水ぼうそうにかかったことがある人や、小さい頃に水ぼうそうの予防接種

をしたことがある人は、水痘・带状疱疹ウイルスに対する免疫を獲得していますが、年齢とともに弱まってしまうため、あらためてワクチン接種で带状疱疹を予防しましょう。

带状疱疹のワクチンには「生ワクチン」と「不活化ワクチン」の2種類があります。

生ワクチンは1回の皮下注射で、料金は8000円程度です。
発症予防は約50～70%、带状疱疹後の神経痛は67%軽減、効果の持続は5年くらいです。

不活化ワクチンは2回の筋肉注射で、2カ月空けて接種します。料金は1回あたり2万2000円前後です。発症予防は約90～97%、带状疱疹後の神経痛は86～100%軽減、効果の持続は少なくとも10年とされています。

生ワクチンは弱らせた病原体を接種するため、免疫が低下した人が接種すると、その病気を発症することがあり禁忌です。ステロイドや免疫抑制剤など免疫を調整する薬を使用している人や妊婦さんなどは、接種できません。不活化ワクチンは病原体に似た物質を使用するため、接種してもその病気になることはありません。

予防接種を検討している人は、内科医や皮膚科医に相談してください。



実際の診療のなかで思うこと・・・

带状疱疹ワクチンが65歳対象に4月から定期接種を始める方針が決まりました。また、带状疱疹ワクチン接種費用の一部を国が助成するようになります。詳しくは厚生労働省や各自治体からの正式な発表を待ちたいと思います。

皮膚科専門医として、带状疱疹の患者さんの診療や治療にあたることが多々あります。带状疱疹後神経痛のひどい方はさまざまな薬を使用しても効果が乏しく、つらい痛みが長く続く場合があります。痛みがひどいことで日常の様々なことにしんどさ・つらさを感じ、日常生活に支障を及ぼすこともあります。また、つらい痛みが続くことで患者さんの中には何かを楽しむということができにくくなり、気分が落ち込む方もおられます。患者さんが「ワクチンを接種しておけば良かった」と言われていたこともありました。

そのような様子を目の当たりにし、带状疱疹という病気のつらさを実感するとともに带状疱疹ワクチンの接種されていない方が多くおられるということも実感しています。

带状疱疹に限らず、生活習慣病をはじめ様々な病気について、治療だけではなく予防にも注力することが重要だと様々な場面で言われています。

健康維持のために带状疱疹ワクチン接種をおすすめします。
また、皮膚について不安なこと等がありましたら、当院皮膚科をお役立てください。

