



## その痛み、帯状疱疹かも？

---

JA とりで総合医療センター

皮膚科 医師 石川 貴裕

司会者：帯状疱疹とは何ですか？

石川：帯状疱疹とは帯状にみずぶくれができる病気で、痛いことが多いです。子供のころに水ぼうそう、医学的には水痘、にかかったあとにできる病気です。帯状疱疹は皮膚のどこにでもできる可能性がある病気です。

司会者：帯状疱疹の起こる原因を教えてください。

石川：帯状疱疹はもともとウイルスの病気です。水痘・帯状疱疹ウイルスというウイルスが体の中に潜伏していて、主にストレスなどで体の免疫力が落ちてしまったときに、からだの奥底の神経節からでてきて帯状疱疹になってしまいます。

司会者：帯状疱疹はウイルスの病気なんですね。ウイルスなのでうつったりするのですか？

石川：そうですね、うつります。接触感染といって、皮膚の症状がでている部位を触った手で他の人にさわったり、食べ物をたべたりするとうつります。ただし、ほとんどの方は水ぼうそうをやっているか、予防接種を受けているので、ウイルスがすでに体内にいる状態です。体内にウイルスを持っている方は基本的にはうつりにくいとされています。うつる人は水ぼうそうをやったことがないお子さんや免疫力が落ちた方にはうつります。水ぼうそうをやったことがないお子さんにうつると帯状疱疹ではなく、水ぼうそうになります。

司会者：帯状疱疹はどんな人がなりやすいとありますか？

石川：帯状疱疹はウイルスの感染症なので、ウイルスが入りやすい、つまり免疫力が低い人がなりやすいです。ストレスの多い人や高齢者の方、免疫抑制剤などの免疫を落とす薬を飲んでいる人がなりやすいですね。

司会者：帯状疱疹の検査方法を教えてください。

石 川：帯状疱疹は皮膚症状が出現している状態で皮膚科医が診察すれば、まず間違いなく診断が可能かと思われます。ただし、皮膚科医でも皮膚症状が出現していない状態ではかなり診断困難かと思えます。他にも採血での抗体検査、水疱などから採取した液体による抗原検査などが可能ですが、いずれも皮膚症状が出たのちにしか結果がでないものですので、やはり皮膚科医に皮膚症状がでてきた状態で受診していただくのが最も早いと思えます。

司会者：帯状疱疹をほおっておくと、どうなりますか？ ひどくなったりしますか？

石 川：帯状疱疹はほおっておいたらたいいの場合自然にかさぶたが付き、なおったように見えることもあるかもしれませんが。ただし、帯状疱疹後神経痛といった痛みが残る期間が長くなったり、帯状疱疹に関連した合併症が起こってくる可能性が高くなります。そのため、早めに帯状疱疹ウイルスを退治する必要があると思えます。

司会者：帯状疱疹で困ることはなんですか？

石 川：帯状疱疹で困るのは大きく分けて2つです。皮膚の症状がなく痛みだけのときがあることと、かかった後にも痛みが残ったりする合併症のことです。

帯状疱疹は全身の皮膚にできる可能性がある病気です。頭の方から手足の方まで起こる可能性があります。発症したときに帯状疱疹は皮膚の症状がなく、痛みだけであることがあります。この時には帯状疱疹と診断するのが難しく、かなりの確率で別の病気を疑われ、例えば頭なら片頭痛や脳梗塞、胸なら心筋梗塞や狭心症などを疑われることがあります。この痛みだけの期間は通常5日間程度続いて、そのあとに皮膚の症状がでることが多いです。なので、痛みが続いていたら皮膚の赤みがでてきて、実は帯状疱疹だった！ということはかなりよくあることですね。

また、合併症が併発しやすい病気です。かかったあとにも痛みが残ることが多いのも厄介ですね。これを帯状疱疹後神経痛といいます。帯状疱疹の見た目が改善しても痛みだけが残ってしまうことがあります。飲み薬や注射、手術などでよくすることは可能ですが、痛みは数年にもわたって続くこともまれではありません。この帯状疱疹後の痛みを少しでも短くするには、予防のためのワクチンを行うことや発症したらなるべく早く治療することが大事です。

他にも発症した部位によりますが、目の周りにできると結膜炎や角膜炎などが起こったり、耳周囲だと難聴などが起こったり、腕や足などにできると動かさずらくなる運動神経麻痺が起こったり、肛門周囲に起こると排便困難などが起こる可能性があります。このよ

うな部位に帯状疱疹がでるようであれば早めの治療をお勧めします。

**司会者：**帯状疱疹は痛いんですね。自分でできる帯状疱疹の痛みを和らげる方法などはあるのでしょうか？

**石川：**基本的には痛み止めを飲むのが早いですね。また、自分でできることとして皮膚の症状がでていいる患部の部分を温めるのも有効とされています。蒸しタオルなどで患部を温めてあげるのもよいと思います。

**司会者：**帯状疱疹はどのような治療法があるのですか？

**石川：**基本的には飲み薬、点滴の2つです。塗り薬もありますが、塗り薬のみでは根治は困難です。飲み薬は数種類あります。たいいていの治療薬は腎臓の具合によって飲み薬や注射の量が変わるので、直近で腎臓の機能を調べていない人は採血をしてもらったほうがいかかもしれません。また点滴は通常1日3回なので、点滴したほうが良い場合は通常入院になります。

**司会者：**どのような人が入院したほうがいいのですか？

**石川：**点滴が必要な人、つまり入院したほうがいい人ですが、①顔面に出ている人②広範囲に皮膚症状がでていいる人③糖尿病などの基礎疾患をもっている人などですね。顔面に出ている人は場所にもよりますが、皮膚症状が目にかかっている場合は結膜炎などの目の病気、また皮膚症状が耳にかかっている人は難聴などの耳の病気を併発することが多く、後遺症が残らないように点滴をやったほうがいいとは思いますが。また広範囲に皮膚症状が出ていいる人は痛みが残りやすいので同じく点滴をやったほうがいいと思います。

糖尿病やがんなどの免疫力が落ちる病気にかかっている人も重症化しやすいので、点滴をお勧めします。

**司会者：**帯状疱疹には予防することはできないのですか？

**石川：**帯状疱疹は接触感染でうつります。そのため、皮膚症状がでていいる部位を触れた手で他の人、もしくは食事をするとうつります。手洗い、うがいは大事かと思いがいます。

また、免疫力の低下も発症する要因の1つです。そのため、免疫力を下げないようにする、つまり風邪など他の病気にかからない、食事をちゃんととり体調を整えるなどといったことも予防方法となるでしょう。

基本的に免疫力がしっかりしていれば帯状疱疹はかかることは少なく、水ぼうそうや帯状疱疹にかかってから10年～20年は帯状疱疹には通常かかりません。また、水痘帯状疱疹ウイルスの予防接種も有効でしょう。50歳以上の方は帯状疱疹ワクチンを打てますの

で、50歳以上の方で予防したい方はワクチンを打つことも考えてみてください。

司会者：そしたら痛みが続いて、皮膚が赤くなってきたら帯状疱疹を疑って病院に行った方がいいですね。

石川：そうですね。帯状疱疹はすでに抗ウイルス薬ができています。数少ないウイルス感染症の1つです。治療法が確立しており、後遺症を残さないためにも、早めの受診、治療が大切だと思います。

司会者：ありがとうございました。

令和2年5月19日（火）、27日（水）放送

