



# 健康問題 ニュースワード<sup>4</sup>

ここでは、今知っておきたい健康問題に関するトレンドワードをお伝えします。

監修 山梨大学医学部皮膚科学講座  
教授 川村 龍吉

LIVE

ニュースワード<sup>4</sup>

## 带状疱疹

### 近年発症者が増加中!?



### 带状疱疹とは?

水ぼうそうと同じ「水痘・带状疱疹ウイルス」によって起こる病気です。**日本の成人の約9割がこのウイルスに感染しており**、特に50歳以上で発症率が上昇します。近年では20~40歳代での増加も見られ、**世代を問わず注意が必要です**。



### 带状疱疹の原因

子どもの頃に水ぼうそうにかかったことがある人は、水ぼうそうが治った後もウイルスが体内に潜伏し続けます。普段は免疫力によりウイルスの活動は抑えられていますが、**加齢や疲労などで免疫機能が低下すると、再びウイルスが活性化し、带状疱疹として発症します**。

带状疱疹  
発症の  
仕組み



子どもの頃に  
水ぼうそうにかかる



ウイルスが  
潜伏

加齢  
疲労



带状疱疹  
発症

### こんな症状が出たら すぐ受診!

発症直後は、虫刺されや湿布によるかぶれなどと勘違いし、**初期症状に気づかない場合もある**ようです。带状疱疹にはどのような症状が現れるのか理解しておきましょう。



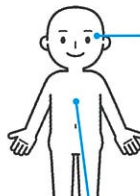
### 带状疱疹の症状

大半は**体のどちらか片側**のみにみられます。はじめは**皮膚にピリピリとした痛みやしびれを感じ、数日ほどで赤い斑点状の発疹や水ぶくれになり、帯状に広がります**。強い痛みを感じる場合もあります。

#### 神経の損傷で後遺症も

皮膚の症状が治った後も、3ヶ月以上も痛みが続く「带状疱疹後神経痛」に移行することがあるので、**早い治療でウイルスを抑えることが大切です**。

#### 発症しやすい \\ 体の部位 \\



顔

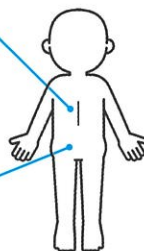
目の周りは視力低下を引き起こす場合も

胸・腹~背中

背中では自分では皮膚の変化が確認しづらい

下半身

片側の足やおしり



では、どのように予防・改善すればよいのでしょうか。



### 治療は早期受診がカギ

重症化や後遺症を防ぐためには、できるだけ早くウイルスの増殖や痛みを抑えることが重要です。**带状疱疹かもしれないと思ったら、すぐに皮膚科や内科を受診してください**。



発症から3日以内の治療が効果的なので、早期に受診を

### 50歳以上はワクチン接種

**50歳以上の人は予防接種を受けることをおすすめします**。発症を完全に防ぐものではありませんが、重症化を防ぐことができます。

※65歳以上には定期接種が実施されています。



費用の助成を行っている自治体もあるので、事前に確認を

### 日頃の体調管理に気をつける

予防には、ストレスや疲れをためないなど、**日頃の健康管理で免疫機能を落とさないことが大切です**。バランスのよい食事や十分な睡眠、適度な運動を心がけましょう。



ウイルスを再び目覚めさせないよう、規則正しい生活を