

## 带状疱疹

医療法人 ながせ皮膚科 永瀬 浩太郎 先生



### はじめに

带状疱疹とは、顔や体、手足の左右どちらか一方に、ピリピリと刺すような痛みと赤い斑点や水ぶくれが帯のようにあらわれる病気です。この症状に由来して、「带状疱疹」と呼ばれます。この病気は、体の中に潜んでいた水痘・带状疱疹ウイルスすいとうによって起こります。通常は皮膚症状が治ると痛みも消えますが、その後も痛みが続く带状疱疹後神経痛という後遺症が残ることもあります。ここでは、带状疱疹の原因や症状・経過・治療・合併症・予防法などについて紹介します。

## 带状疱疹とは

# 1

带状疱疹は、水ぼうそうと同じウイルスで起こる皮膚の病気です。体の左右どちらかの神経にそって、痛みを伴う赤い発疹と水ぶくれがたくさん集まって带状疱疹に生じます。60歳代を中心に50〜70歳代に多くみられる病気で、80歳までに約3人に1人が発症するとされていますが、過労やストレスが引き金となり、若い人に発症することも珍しくありません。通常は生涯に一度しか発症せず、免疫が低下している患者さんをのぞくと再発することは稀まれです。

## 带状疱疹の原因

# 2

带状疱疹は、体の中に潜んでいたヘルペスウイルスの一種、水痘・带状疱疹ウイルスによって発症します。主に子どもの頃に、このウイルスにはじめて感染すると水ぼうそうを発症します。そして、水ぼうそうが治った後も、ウイルスは脊髄から出る神経節という

場所に潜んでいます(潜伏感染)。普段は免疫力によってウイルスの活動が抑えられているため発症することはありませんが、免疫力が低下するとウイルスが再び活動、増殖しはじめます。そして、そのウイルスは神経の流れにそって神経節から皮膚へと移動し、带状疱疹に痛みや発疹が出る带状疱疹を発症します。

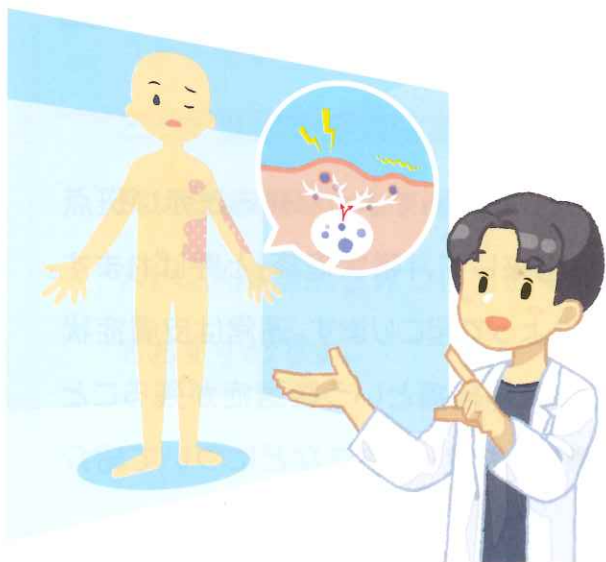
## 带状疱疹の症状と経過

# 3

症状には個人差がありますが、一般的にははじめに神経痛のような痛みが起ります。痛みは、皮膚の違和感やかゆみ、しびれとして感じる程度から、「ピリピリ」「ジンジン」「ズキズキ」「針で刺されたような」と表現される痛みや、「焼けるような」痛みまで様々です。その後、水ぶくれを伴う赤い発疹が带状疱疹にあらわれ、徐々に痛みが強くなり、眠れないほど痛むこともあります。皮膚症状があらわれる前後には、発熱したり、リンパ節が腫れたりすることもあります。強い痛みや

皮膚症状は主に体の左右どちらかにみられ、3〜4週間ほど続きます。胸から背中にかけて最も多くみられ、全体の半数以上が上半身に発症しますが、顔面も発症しやすい部位です。

带状疱疹は、周囲の人に带状疱疹としてうつることはありません。しかし周囲に水痘・带状疱疹ウイルスに対する免疫を保有していない人がいる場合は、新たにこのウイルスに感染する可能性があります。その場合は水ぼうそうを発症します。



## 带状疱疹の合併症

4

带状疱疹の治療が遅れたり、治療しなかったりした場合には、一般的な合併症として発熱や頭痛のような全身的な症状があらわれることがあります。また、水痘・带状疱疹ウイルスは、神経の流れにそって障害を及ぼすことから、目や耳など感覚器の神経を傷つけてしまい、視力の低下や難聴などを引き起こすことがあります。顔面に発症した带状疱疹に耳鳴りや難聴、顔面神経麻痺などを生じることがあり、これをラムゼイ・ハント症候群と呼びます。運動神経を傷つけると、腕が上がらなくなるなどの麻痺や、おしっこがでない排尿障害などの合併症につながることもあります。これらの症状は、障害や後遺症として残ることがあるので、注意が必要です。



## 带状疱疹の治療

5

带状疱疹の皮膚症状は、治療を行わなくても治る場合もありますが、治療が遅くなったり治療されないまま放置されると、頭痛や高熱など全身の症状があらわれることもあります。特に顔に出た带状疱疹は、重症の場合、失明や顔面神経麻痺や難聴を引き起こすことがあります。後述しますが、皮膚症状が消えた後も痛みが残ることがあるため、できる限り早く医療機関を受診して治療をはじめることが重要です。

治療は、原因となっている水痘・带状疱疹ウイルスの増殖を抑える抗ウイルス薬と、痛みに対する鎮痛剤が中心となります。皮膚症状が出てからなるべく早期に治療をはじめるのが望ましいとされていますが、2日以内に受診する患者さんは少ないのが実状です。症状に気づいたらなるべく早く受診しましょう。抗ウイルス剤を飲むことで体内のウイルスが減少すれば、症状は次第に軽減します。痛みが強い場合に、痛み

を抑える鎮痛薬や抗うつ薬を同時に使うこともあります。

## 带状疱疹の後遺症 《带状疱疹後神経痛》

6

通常、痛みは皮膚症状とともに軽くなりますが、皮膚の症状が治ったあとも長期間にわたって続く痛みを带状疱疹後神経痛といいます。加齢とともにこの带状疱疹後神経痛へ移行するリスクは高くなり、50歳以上の患者さんの約2割が移行するとされており注意が必要です。带状疱疹後神経痛はウイルスが神経を傷つけることで起こるため、带状疱疹になったら、なるべく早く治療をはじめてウイルスを抑えることが重要です。夜も眠れないほどの強い痛みが続く場合には、ペインクリニックなどで神経ブロックと呼ばれる治療を含む専門的な治療が必要となる場合があります。



带状疱疹は、ワクチンで予防できます。ワクチンには、感染症の原因となる細菌やウイルスの病原性を弱くしたものの成分の一部を取り出したもの、また病原性をまったくなくしたものがありません。ワクチンを体内に摂取すると、そのワクチンの成分に対しての免疫力を高め、病気の発症や重症化を抑えることができます。

带状疱疹の発症率は50歳以上で増加し、50代、60代、70代と加齢に伴ってさらに増加します。また、带状疱疹後神経痛への移行リスクも加齢とともに高くなるとされているため、带状疱疹の発症自体を予防することは重要と考えられます。带状疱疹のワクチンは、主に50歳以上の方を対象としています。水ぼうそうにかかったことがある人は、すでに水痘・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ったため、あらためてワクチン接種を行い、免疫を強化することで带状疱疹を予防します。予防接種は带状疱疹を完全に防ぐものではありませんが、たとえ発症しても症状が軽くすむとされています。

ワクチン接種をご希望の方は、かかりつけの医療機関にご相談ください



### 日常生活における工夫

带状疱疹の発症には、免疫機能の低下が関係していることが知られています。加齢や疲労、ストレスなどによって免疫機能が低下すると、潜伏していた水痘・带状疱疹ウイルスが再び活性化しやすくなります。また、健康な高齢者でも加齢により免疫機能が低下していると考えられます。日頃から十分な休息をとりながら免疫機能の維持を心がけ、免疫機能を低下させる疲労やストレスのない規則正しい生活を送りましょう。さまざまな栄養素をバランスよくとった食事や適度な運動、質の良い睡眠などのほか、自分なりのストレス解消法を見つけておくのもおすすめです。

