



つばさだより

No.272

2017年7月



つばさ薬局 多賀城店	☎022(366)8001	吉川店	☎0229(22)7010
長町店	☎022(308)5711	泉店	☎022(772)1571
船岡店	☎0224(58)1065	若林店	☎022(289)8777
中新田店	☎0229(64)1888	松陽台店	☎022(361)9444
松島店	☎022(353)2990	上杉店	☎022(212)1126
玉川店	☎022(365)2838		



带状疱疹について

梅雨も明け、本格的な夏を迎えますが、皆様いかがお過ごしでしょうか。暑い時期でも、バテないように体調管理をしたいものです。疲れがたまった際に注意したいのが带状疱疹です。今回は带状疱疹についてのお話です。

東北地方や北関東の方言ではヒヨドリジョウゴ(つづらご)という植物の実のなりかたに由来して「つづらご」と呼ばれることもあります。



どんな病気なのか？

はじめはかゆみやピリピリ・チクチクした痛みが出ます。その後、皮膚の赤み、水ぶくれ、かさぶたという変化を起こします。

1週間ほどは目に見える皮疹が出ない場合もあり、带状疱疹だと気が付きにくく、複数の医療機関を受診してようやく判明することもあるようです。

昔は、死の病気と考えられていた時期もありましたが、決して死ぬ病気ではありません。ただし、治療が遅れることで神経や皮膚の症状が重症化したり、带状疱疹後神経痛(下記参照)が残る場合があります。

何かおかしいなと思ったら、早めの受診をお勧めします。



何が原因なのですか？

带状疱疹の病原体はヘルペスウイルスの1種で水ぼうそうと同じウイルスです。幼いときにかかる水ぼうそうは、治癒後もウイルスが神経細胞に残り、隠れていることがあります。何もせずに隠れていてくれば良いのですが、疲労がたまったり、抵抗力が下がったりしたときに神経細胞の中で目覚めて増殖を始めます。神経に沿って広がるので帯のように水ぶくれを作ったりします。主に50歳以上の方がかかるとされ、おおよそ一生のうち、1～2割の方がかかるとされています。男女差はありません。

季節的には特に夏バテの出やすい夏から秋にかけて患者さんが多いようです。



どんな治療がありますか？

主に抗ウイルス薬の内服（重症例では点滴静注）が処方されます。重症化の防止や神経痛を残さないためにも、できるだけ早く服用を開始することが大切です。

お薬を飲み始めてから効果が現れるまで2～3日かかるとされていますので、すぐに効果を実感できなくても、指示通りに服用しましょう。一部のお薬には後発医薬品（ジェネリック医薬品）もあります。ご利用する薬局で、後発医薬品で受け取れる場合もあるので薬剤師にご相談下さい。

また、服用中はなるべくこまめな水分摂取を心がけましょう。腎臓の働きについて注意を受けたことがある方は用量の調節が必要な場合もありますので必ずその旨を医師へお申し出下さい。

抗ウイルス薬の他に痛み止めも処方されることがあります。痛みを我慢すると脳に痛みの記憶が残り、わずかな刺激に対しても

過敏に反応して治りにくい痛みとなることがあるので、痛み止めは我慢せずに、かつ、適切に使しましょう。

また、この病気は疲労がたまり、体調が悪いときに起こりやすい病気なので、他の病気が隠れていないか、そういう意味での必要な検査をすることもあります。



带状疱疹後神経痛とは何ですか？

带状疱疹の大部分は皮疹の改善とともに治ります（平均20日前後）が、一部の方では神経痛が長引くことがあります。この神経痛が3カ月以上続く場合には带状疱疹後神経痛と呼ばれます。高齢者や、皮膚症状が重かった方、痛みが強かった方で神経痛が残りやすいとされています。

神経痛に対する薬として、神経障害性疼痛緩和薬、漢方薬、その他にも抗うつ薬や抗てんかん薬などが使用されることがあります。一部の薬では眠気やめまいなどが出る可能性もありますので、長い時間、自動車運転をする方や機械作業をする方などは医師や薬剤師からの説明を十分に受けて下さい。

また、ペインクリニックなどでは薬物療法以外にも神経ブロックという治療も行われています。



日常生活での注意

・体を休めてリラックスしましょう

免疫が低下して起きているので、なるべく仕事を休むなどして体を休めましょう。また、水ぼうそうにかかったことのない人には感染する恐れがありますので、医師の指示のもと外出や人との接

触は控えることが勧められます。痛みのことばかり考えていると余計に辛くなるので気分転換を図りましょう。

・体を温めましょう

体を冷やすと神経痛が悪化しますので、入浴やカイロなどを利用して体を温めましょう。入浴は患部を清潔にする意味でも大切です。ただし、体を洗う際は患部を強くこすらずに、石鹸でなでるようにすると良いでしょう。

水ぼうそうの予防ワクチン（水痘ワクチン）は現在小児では義務化されています。2016年3月から50歳以上を対象として、「带状疱疹の予防」として使用されるようになり、加齢に伴い減少する免疫低下の強化に役立つとされています。带状疱疹が再発する例も珍しくはありません。接種を希望される方は医療機関へご相談ください。現在、保険適用がないため費用は自己負担となります。



参考資料・引用文献

うえひら内科 HP きょうの健康 2016年9月号
きょうの健康 2017年3月号 日本皮膚科学会 HP

8月の栄養相談予定（各店10：00～12：00開催です）

- ・ 1日（火）古川店
- ・ 3日（木）泉店
- ・ 7日（月）長町店
- ・ 9日（水）船岡店
- ・ 22日（火）松陽台店
- ・ 25日（金）多賀城店
- ・ 28日（月）若林店
- ・ 30日（水）玉川店