

春の陽気を日増しに感じるようになってきましたが、疲れた時に注意が必要な“带状疱疹”に関するお話です。

★ “带状疱疹”について

带状疱疹は、多くの人が子供のときにかかる、水疱瘡のウイルス(水痘、带状疱疹ウイルス)によって起こる病気です。このウイルスは、水疱瘡が治った後も身体の神経節と呼ばれる部分に潜んでいて、免疫力が低下したときに活動を再開し带状疱疹を引き起こします。以前は高齢者に多い病気でしたが、最近では、若い年代にも増えていると言われています。

★ 症状と経過

带状疱疹になると、神経の流れに沿った帯状の赤い斑点や、水腫れといった皮膚の症状と共に痛みが起きます。症状は、下記の通りの経過となります。

- ① 皮膚にチクチクするような痛みや、かゆみ等が現れます。带状疱疹は、胸、お腹、背中に起こることが多いですが、顔や手足など全身何れの場所でも発症します。
- ② 痛みを感じた場所に、ブツブツとした赤い斑点ができ水腫れとなって帯状に広がります。
- ③ 水腫れが“かさぶた”となり、皮膚の症状は治まります。殆どの場合、皮膚の症状が消えると共に痛みも無くなります。

以上のような症状は、身体の左右どちらか片側だけに起こり、一度に2ヶ所以上の場所に現れることは殆どありません。痛みが起こり始めてから“かさぶた”が治るまでは、約3週間から1ヶ月程かかります。また、炎症が強く神経が傷ついた場合は、皮膚の症状が消えても痛みが消えずに、痛みが慢性的に続く带状疱疹後神経痛に移行もあります。



★ 原因と予防

带状疱疹は、身体の免疫力が低下することで起こります。免疫力が低下する原因には、過労や大きなストレス、ケガ、病気などがあります。無理をしないで栄養と睡眠を十分とり、規則正しい生活を心掛けて免疫力の低下を防ぐことが大切です。

★ 治療

ウイルスの増殖を抑制する『抗ウイルス薬』と、痛みを和らげる『消炎鎮痛薬』が代表的な治療方法です。尚、带状疱疹の痛みは、冷やすとかえって強くなるため、なるべく温めるようにします。早期に治療を行うことは、症状の悪化を防ぎ皮膚や、神経のダメージを軽くすることに繋がります。“带状疱疹かも？”と思ったら、できるだけ早く皮膚科を受診して、治療を始めるようにしましょう。

★ 带状疱疹って感染するの？

带状疱疹は、自分の体内に潜んでいたウイルスが、再び暴れだすことによって起こる病気であるため、他の人に感染することはありません。しかし、水腫れの中にはウイルスがいるため、水疱瘡にかかったことの無い人は、ウイルスに感染して水疱瘡を発症する可能性があります。

“かさぶた”に変わるまでは感染する可能性があるため、それまでは水疱瘡にかかったことのない人との接触は避けるようにしましょう。また、患部との接触によってウイルスは感染するため、患部をガーゼでしっかり覆う、患部を触った後の手洗いの徹底などを行い、他の人への感染を予防しましょう。尚、水ぶくれが全身に点々と広がっている場合は、空気感染を起こすようになりますので詳しい感染の予防方法に関しては医師に確認するようにしましょう。

免疫力が低下した状態は、带状疱疹の他にも、病気や体調不良などを引き起こしてしまうこともあります。忙しい日々の中でも、しっかり休息をとり疲れをためないようにしていきましょう。