

読売家庭版

12月

2019 December
No.660

「特集」
紅茶で優雅な時間を



読売新聞販売店

体の片側に痛みや発疹が出る帯状疱疹

Q

これまでに感じたことのないズキズキとした痛みを伴う水ぶくれができて、日増しに増えていて不安です。

吹き出物や虫刺されにはない体の奥から来るような痛みを覚えるなら、帯状疱疹を疑ってみてください。原因は、幼い頃に発症した水ぼうそうのウイルスです。

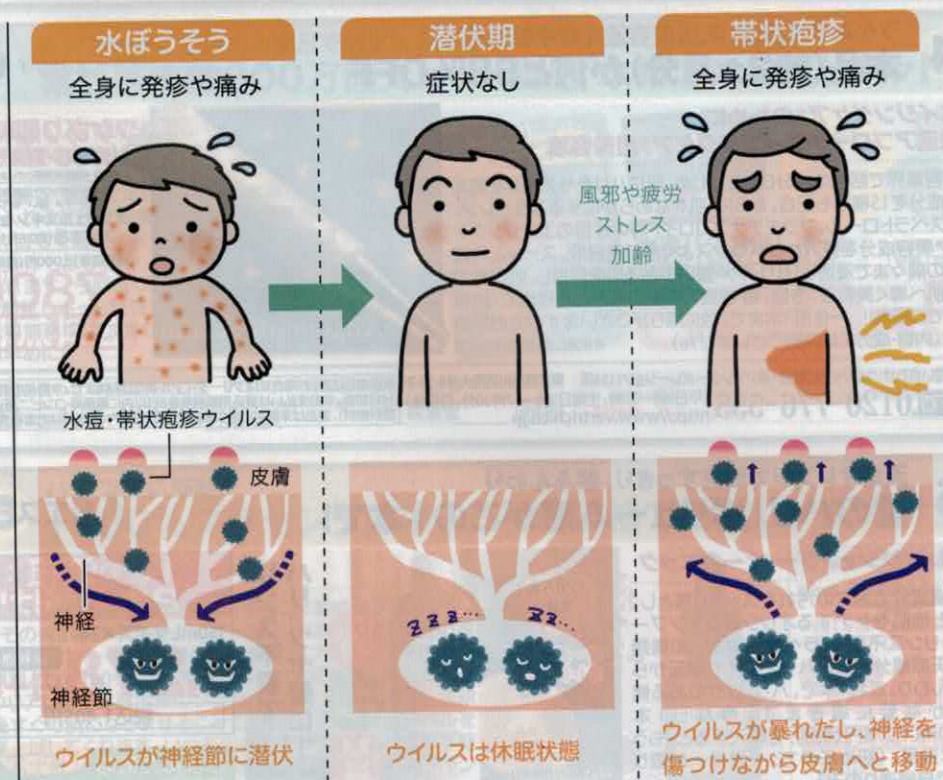
イルスはその前から神経を刺激するなど体をむしばんでいます。体の表面はなんでもないので、チクチク、ビリビリといった刺すような痛みを覚えたり、眠れないほど激しく痛むこともあります。中にはかゆみ程度の場合もあり判断に迷いますが、原因のわからない痛みの場合は、帯状疱疹を疑い、医師に診てもらった方がいいです。

当時の治療で完治しているのではと疑問に思う人も多いでしょうが、ウイルスは消えてなくなつたわけではなく、体内の神経節という場所に潜んでいます。そして、成人後に風邪や疲労、ストレス、加齢などで免疫力が落ちたときに、顔、首、胸、腹、腰、手足などに発疹としてあらわれます。中でも胸から背中にかけて発疹が出るのが多く、目のまわりも発疹しやすいので厄介です。

痛みを放っておくと1週間程度で、赤や赤紫色の発疹があらわれ、徐々に膨らんで水ぶくれのようになります。体の左右どちらかに偏って帯状に広がり、軽度の発熱や頭痛、リンパ節の腫れ、部位によっては、まれに耳鳴りや難聴、顔面神経まひなどを伴うことがあります。

帯状疱疹が発生するまでの経過

子どもの頃に水ぼうそう(水痘)になった人は、体内にウイルスが潜伏していて、免疫力の低下がきっかけとなって発症します。





池袋西口 ふくろう皮膚科クリニック
院長

藤本智子さん

ふじもと・ともこ
日本皮膚科学会認定皮膚科専門医。東京医科
歯科大学皮膚科、多摩南部地域病院皮膚科医
長、都立大塚病院皮膚科医長などを経て、ふ
くろう皮膚科クリニック開院。多汗症、腋臭
症はじめ、皮膚科全般の治療を行う。

Q どんな治療を
するのでしょうか？

治療では、ウイルスの増殖を抑える抗ウイルス剤の内服薬、または点滴を用います。痛みがひどい場合は鎮痛剤も処方します。1週間ほどで皮膚症状は治まりますが、痛みやかゆみは1か月程度続くと考えてください。痛みが激しいようなら鎮痛剤、かゆみは抗ヒスタミン薬、さらにカプサイシン入りの塗り薬などで緩和する場合もあります。

免疫力が著しく低下している人を除いては、再発することはありません。

Q 発症時に
気を付けたいことは？

痛みやかゆみを抑えようと患部を冷やすのは厳禁です。骨や筋肉の痛みと異なり、神経痛は冷やすと悪化します。カイロや温シップ、蒸しタオルをあてがったり、入浴したりして、患部を温めて回復をうながしましょう。

発疹にはウイルスが含まれるので、水ぼうそうにかかった経験のない人には接触感染する可能性があります。水ぶ

くれがやぶれると感染しやすくなるので、患部に触れないようにしましょう。洗濯物は一緒でも大丈夫ですが、使用するタオルは別にしましょう。

帯状疱疹の発症は、生活習慣を見直すよい機会です。たとえ自覚がなくても、疲労やストレス、加齢などによって免疫力が落ちていく証拠です。安静を心がけ、栄養や休息を十分にとるようにして、免疫機能の向上を図りましょう。

Q 悪化する
ことはありますか？

大半の人は、痛みと発疹が重なることで、「おかしいな？」と不安を覚えて皮膚科を受診し、完治に至ります。まれに、受診が遅れることで、皮膚に痕が残ったり、神経が損傷して痛みやかゆみがとれなかつたりすることがあるので、受診の機会を逃さないでください。とくに、高齢者の場合は認知能力の低下や慢性的な体の痛みと混同し、見過ごしがちです。ウイルスの増殖によって高熱を出し、髄膜炎を発症して意識不明に陥ることもありますから、まわりの人も注意してください。

POINT

重症化は神経痛のリスクも

皮膚症状が落ち着き、1か月以上たっても痛みが続くことがあります。これは神経が深く損傷して起こる、帯状疱疹後神経痛です。神経は最も回復しづらい器官といわれ、何年も痛みが続き、最悪の場合、消えないこともあります。慢性的な痛みがストレスになり、不眠やうつ症状などを引き起こす厄介な病気です。帯状疱疹の早期治療によって重症化を回避するのはもちろんですが、帯状疱疹のワクチンもあるので、重症化しやすい高齢者は予防接種をおすすめします。

帯状疱疹を悪化させないための留意点

帯状疱疹が疑われる場合は、症状の悪化を招かないよう、以下の5点に留意してください。

1	発疹を見つけたらすぐに皮膚科や内科を受診
2	発疹が出たら3日以内に抗ウイルス剤を服用する
3	症状が治まっても薬は7日間服用を続ける
4	発疹がなくても、痛みが激しいようなら内科やペインクリニックを受診
5	しっかりと休養をとる

yomiDr.
ヨミドクター

http://yomidr.jp

読売新聞の医療サイト

最新の医療情報が満載。「医療大全」「病院の実力」「医療相談室」「シニア・介護」など役立つ記事が豊富で、ニュースやコラムなども充実しています(一部有料)。