長崎大学感染症ニュース

感染症とたたかう

第22号
2017年
9月発行

発行：国立大学法人 長崎大学　監修：長崎大学病院 感染制御教育センター長・教授　泉川 公一
お問い合わせ：長崎大学熱帯医学研究所　〒852-8523 長崎市坂本1丁目12-4　TEL：095-819-7800（代表）　FAX：095-819-7805

私たちの暮らしと感染症

ピリピリする痛みと帯状の水ぶくれ
水ぼうそうウイルスによる帯状疱疹

身近な人から、「帯状疱疹になった」と聞いた人は多いのではないでしょうか。ピリピリする痛みと水ぶくれを伴う赤い発疹が帯状に現れ、やがて強い痛みも出てきて、日常生活にも影響を及ぼす病気です。原因は、水ぼうそう（水痘）と同じ水痘・帯状疱疹ウイルスです。子どものときにかかった水ぼうそうは、症状が消えても、ウイルスが体のなかに潜んでいて、加齢や免疫力が低下したときに再び病気を発症させるのです。

最初は痛み、次に発疹が現れる
症状が出るのは左右どちらかだけ

帯状疱疹の症状は、皮膚にピリピリ、チクチクするような痛みから始まります。痛みが数日～1週間ほど続いたあと、痛みを感じた場所に沿って、虫に刺されたようなブツブツとした赤い発疹ができ、それが小さな水ぶくれ（疱疹）となって帯状に広がります。この症状は、特に胸から背中、腹部などによくみられます。顔や手、足に現れることもあります。なお、症状が現れるのは、普通は体の左右どちらか片側だけですが、広い部分にでることもあります。

水ぶくれは1週間ほどで自然に破れ、さらに1週間くらい経つと、かさぶたになります。かさぶたになってから3週間以内に、きれいな皮膚に戻ることがほとんどです。痛みが始まってから3～4週間で治ります。治療には抗ウイルス薬、痛みには消炎鎮痛薬、水疱がつぶれて細菌感染したときは抗菌薬を使用します。

帯状疱疹になった人を悩ませるのが強い痛みです。痛みの強さや感じ方は人によってさまざまですが、「耐えがたい痛み」という人もいます。衣類と触れるようなわずかな刺激にも、ピリピリと痛みを感じることがあり、こうなると仕事や家事ができないなど、日常生活にも支障が出ます。強い痛みのピークは数週間続きますが、皮膚症状が治まるのに伴って痛みもなくなっていきます。

何十年も潜んだ水痘ウイルスで発症 水ぼうそう経験者すべてに可能性

帯状疱疹の原因は、水痘・帯状疱疹ウイルスです。初めてこのウイルスに感染すると水ぼうそうになります。水ぼうそうは発症してから1週間程度で治ります。しかし、ウイルスは体内に残り、神経節（神経の細胞が集まった部分）に何十年も潜んでいます。普段は免疫力によって活動が抑えられていますが、免疫力が低下したときに、再び活動を始めます。免疫力が低下する原因には、加齢、過労、ケガ、ストレス、生活習慣病、手術、免疫抑制薬の使用などがあります。

免疫力の低下によって、ウイルスは神経節から出て再び活動を開始し、皮膚に帯状の水ぶくれをつくります。ウイルスが潜む神経節は、顔面の三叉神経、脊髄神経、坐骨神経につながっており、この神経に沿ってウイルスが移動し、症状を発症します。免疫力を低下させる最大の原因は加齢です。実際、帯状疱疹の発症率は、50歳代から急激に高くなり、患者の約7割は50歳以上です。日本の成人の9割以上がこのウイルスに感染したことがあり、体内にウイルスを持っています。そのため、ほとんどの人が帯状疱疹になる可能性があると言えます。

なお、帯状疱疹は他の人にうつることはありませんが、水ぼうそうにかかったことのない子どもに、水ぼうそうとしてうつることがあります。家族にそういう子どもがいる場合は、念のため、症状が消えるまで接触は控えましょう。

免疫力を保つため体調管理が大切 後遺症の神経痛は専門医で治療を

帯状疱疹の多くは皮膚症状が治ると痛みも消えますが、痛みが持続することもあります。これを帯状疱疹後神経痛と言います。これは、ウイルスによって神経が傷つけられたことによって起こるもので、人によって異なるため早期発見と早期治療が重要です。ペインクリニックなどで専門的な治療を受ける必要もあります。帯状疱疹の症状が顔に出た場合は、眼や耳の神経に障害が現れる可能性があるので、視力低下や耳鳴りなどがある場合は、耳鼻科や眼科を受診してください。

帯状疱疹の予防で大切なことは、免疫力を低下させないことです。食事のバランスに気をつけ、睡眠をきちんととるなど生活のリズムを保ちましょう。生活習慣病などの持病のある方は、その管理もしっかり行ってください。

次号（2017年10月号）では
「ウイルス肝炎」を取り上げます。