

その常識、間違っている!?

带状疱疹のホントはなし

虫刺されの発疹と
带状疱疹の
見分けはつく?

50歳以下であれば
带状疱疹を
発症することはない?

带状疱疹は
周囲の人にはうつらない?



監修 亀茂樹先生

宇都内科小児科医院院長、総合内
科専門医、医学博士。1992年日本大
学第一内科大学院修了、カナダ州立
オンタリオがんセンター留学、那須
中央病院内科部長、千代田県方クリ
ニック院長を経て現職。東洋医学に
も詳しい。総合内科専門医として幅広い
診療をモットーとする。著書に
『糖尿病は脱水化物質コントロールで
よくなる』(合同フォレスト)など。

取材協力：ティーバック株式会社

带状疱疹とは、水ぶくれや湿疹が帯のように広がる症状で、8月に感染することが多いとされています。発症後は早めに対処しなければ、重症化や後遺症につながることも、今回は総合内科専門医の亀茂樹先生に、带状疱疹の予防法や早期発見のポイントなどについてお聞きします。

带状疱疹にまつわる 疑問

○ 虫刺されの発疹と
带状疱疹の見分けはつく?

带状疱疹は、水ぶくれや湿疹が現れる前に痛みが先行します。また、体の左右どちらかに発疹が帯状に広がるのも带状疱疹ならではの特徴です。そのため、虫刺されによるフツフツした発疹との区別は難しくないといえます。いずれにしても、発疹は早めの対処が重要になりますから、医療機関をたずねましょう。

▲ 50歳以下であれば
带状疱疹を発症することはない?

带状疱疹の発症率が高くなるのは50代以上の年代です。ただし、ストレスや病気で著しく免疫が落ちている時は、50歳未満であっても带状疱疹を発症することがあるため、注意が必要です。

× 带状疱疹は周囲の人にはうつらない?

带状疱疹は、発症してから発疹がすべて褐色のかさぶたになるまでの3〜4日間、空気感染する可能性があります。妊娠中など、免疫が低下している人が周囲にいる場合は特に気を付けましょう。なお、発疹が褐色のかさぶたになった後は、周囲に感染することはないとされています。ちなみに、带状疱疹だけでなく、水ぼうそうや結核なども空気感染する恐れがある病気で。

発症後は早めに治療を。
ワクチンなどでの予防も大切

带状疱疹は一般的に、水ぼうそうに一度かかったことのある人が発症します。水ぼうそうが治ってから長年経った後、神経に残った「水痘・带状疱疹ウイルス」が、ストレスや疲労、加齢などで免疫が落ちた時に再び活性化し、帯状疱疹として現れるのです。症状としてはまず、皮膚の痛みや違和感が生じて、その後水ぶくれや発疹が出てきます。体の左右のどちらかに、神経の分布に沿って帯状に広がるのが特徴です。带状疱疹は、胸や背中、手、足、顔など体のどこにでもできる可能性があります。発症後は重症化する前に早めに皮膚科や内科をたずね、処方された抗ウイルス剤を飲み切りましょう。通常、治療をすれば発疹から10日後ほどで治る病気で、帯状疱疹後神経痛という後遺症が残ることもありません。後遺症では発疹は出ないものの、皮膚の奥に痛みを感じる違和感が続き、長期的な治療が必要になります。

带状疱疹を予防するための方法は2つあります。1つ目はワクチン接種。特に接種が推奨されているのは、带状疱疹の発症率が高い50代以上の年代です。また、免疫力を下げないように規則正しい生活を送り、ストレスをためないようにしましょう。

带状疱疹の基礎知識

带状疱疹を発症するとどうなるの?

痛みを感じる

発疹ができる前に、先に皮膚に刺すような痛みが感じられます。

痛みの感じ方は「ビリビリ」「ビリビリ」など人それぞれです。

痛みではなくゆらゆら感を感じる場合もあり、個人差があります。

赤い発疹が現れて水ぶくれになる

赤いフツフツとした小さな発疹が出てきて、神経に沿って帯状に広がっていきます。数日後に水ぶくれになり、さらに何日か経つと膿になり、最終的にかさぶたになります。

胸や顔など、体のどこにでも発症する可能性があります。場所に関わらず、発疹は体の左右どちらかに出るパターンがほとんどです。

重症化を防ぐためには、発症から3日以内に治療をすることが望ましいとされています。発疹が出はじめたら早いうちに皮膚科や内科で診療を受け、抗ウイルス薬を処方してもらいましょう。

細菌感染を防ぐため、水ぶくれはつぶさないようにしましょう。

後遺症が残る場合も

「带状疱疹後神経痛」は带状疱疹の後遺症です。発疹は出ませんが、皮膚の奥のほうに違和感やゆらぎ、痛みなどを感じます。

痛みが長引き、薬だけでは症状が治まらない場合は、神経機能に直接働きかけて鎮痛させる「神経ブロック」で対処することになる場合もあります。

重症化の裏には別の病気が隠れている場合も

带状疱疹が重症化している背景として、免疫が著しく低下していることが考えられます。がんや糖尿病など病気が隠れていることもあるため、带状疱疹が長引いたり、後遺症が続いたりした場合には、医師と相談の上、詳しい検査を受けてみましょう。



ワクチン接種で带状疱疹を予防しましょう

● 带状疱疹のワクチンは、発症率を大幅に下げることができ、免疫が下がりがやすく、带状疱疹を発症しやすい50歳以上の人は、接種することが特に推奨されています。

● ちなみに、一度带状疱疹にかかったことがあったとしても、その抗体は10年ほど切れるといわれています。そのため、带状疱疹の経験があっても、10年以上が経過している場合はあらためてワクチンを接種する後援があります。詳しくは医師との相談の上、方針を決めましょう。