

たいじょうほうしん 「帯状疱疹」を知ろう！

1. 帯状疱疹とは？

多くの人が子どもの頃にかかる水痘（水ぼうそう）と同じウイルスで起こる皮膚の病気です。水痘が治った後も、ウイルスは体内の神経に潜伏し、加齢や疲労、ストレス等で免疫力が低下するとウイルスが再び活動をはじめ発症します。

※ 特に50歳以上で発症率が高くなり、80歳までに約3人に1人は発症すると言われていました。

2. 症状の現れ方

- ・最初は、体の左右どちらか一方に、ヒリヒリ・チクチクとした痛みやかゆみが帯状に起こります。特に胸やおなか、背中や顔面など皮膚の柔らかいところに広がります。
- ・その後、数日で痛みを感じるころの皮膚に赤い発疹や水ぶくれが現れます。また、神経にも炎症を起こすため、強い痛みを伴います。
- ・一般的に皮膚症状は2～4週間で治りますが、その後も長期間に渡って痛みが残ること（帯状疱疹後神経痛）があります。また、帯状疱疹が現れるところによって、角膜炎、顔面神経麻痺、難聴などの合併症を引き起こすことがあります。



3. 治療の方法

治療には、ウイルスの増殖を抑える抗ウイルス薬と痛み止めの薬などが用いられます。

※ 帯状疱疹は、発疹が出てから72時間（3日）以内に治療を始めることが望ましく、治療が早いほど治療効果が高く、重症化しにくくなります。痛みや発疹などに気付いたら、早めに受診しましょう。

～ 帯状疱疹は早期発見・早期治療が重要です！～



4. 予防の方法

☞ 帯状疱疹の発症には、免疫力の低下が関係しています。

まずは、日頃からの体調管理と規則正しい生活で免疫力を高めることが重要です。

- ・バランスの良い食事をする。
- ・睡眠を十分にとる。
- ・適度に運動する。
- ・自分なりのストレス解消法を実践する。



☞ 発症や重症化の予防を目的にワクチン接種という方法もあります。

令和7年4月から帯状疱疹予防接種が国の定期接種となります。対象者やワクチンの種類等の詳細は、市ホームページをご覧ください。