



担当

保健師 ささもり 笹森 あゆみ

健康情報

住民課健康推進グループ ☎26-7871
(総合ケアセンターゆくり内)

今月のテーマ

50歳からは気を付けよう たいじょうほうしん 带状疱疹

带状疱疹とは

带状疱疹は、水ぶくれを伴う発疹(水泡)が、皮膚に分布している神経に沿って帯状に出現する疾患です。水泡が見られる2〜3日前からかゆみや痛みを感じるようになり、1週間程度たつと水泡の多発や頭痛といった症状が見られることもあります。通常は2〜4週間で皮膚症状が治まります。

带状疱疹の原因

带状疱疹の原因は水痘・带状疱疹ウイルスです。子どものころに水痘(水ぼうそう)にかかると、水痘・带状疱疹ウイルスが体の中で長期間潜伏感染し、加齢や疲労によって免疫が低下した際に帯状疱疹として発症します。

原因となる水痘・带状疱疹ウイルスに対しては、成人の9割以上が抗体を持っていることから、既にほとんどの人が感染していると

考えられ、誰もが带状疱疹を発症するリスクがあります。

带状疱疹になりやすい人

带状疱疹は、前述のとおり「体内に潜む水痘・带状疱疹ウイルスが免疫低下によって体表に出てくる際の症状」です。さまざまな免疫低下が带状疱疹リスクとなりますが、加齢の影響は大きく、50歳以上になると発症率が急増します。带状疱疹患者の約7割が、50歳以上の方です。

予防と治療

予防としては、できるだけ健康的な生活習慣を保つことが大切です。食事のバランスに気をつけ、適度な運動と十分な睡眠を心がけ

ましょう。免疫力を高めることが带状疱疹はもちろん、さまざまな病気の予防に非常に有効です。

さらに、50歳以上の方は、带状疱疹ワクチンを接種することもできます。ワクチンを接種することで、発症予防、重症化予防が期待できます。

なお、带状疱疹ワクチンは、予防接種法で定められている定期接種ではなく、個人の判断で発症予防として接種する任意接種なため、接種費用は全額自己負担となります。

治療の中心は、ウイルスの増殖を抑える抗ウイルス薬です。より早期の投与が効果的といわれ、かゆみや痛みのもとに水泡が出現したりした時は、できるだけ早く受診しましょう。



带状疱疹ワクチン

現在、2種類の带状疱疹ワクチンがあります。効果や接種対象などに違いがあるため、接種については必ず医師にご相談ください。

乾燥弱毒性水痘ワクチン(阪大微研)

種類	生ワクチン
対象	50歳以上
接種回数	1回
費用	1万円程度
接種方法	皮下注射
予防効果	69・8%
持続性	5年程度

乾燥組換え带状疱疹ワクチン(シングリックス(GSK))

種類	不活化ワクチン
対象	50歳以上または带状疱疹に罹患するリスクが高いと考えられる18歳以上の方
接種回数	2回
費用	4万円程度(2回で)
接種方法	筋肉注射
予防効果	96・6%
持続性	9年以上