

第8回上山ファミリークリニック健康講座

つづらごを予防しよう

ー带状疱疹の痛みで苦しまないー

上山ファミリークリニック

内科

丹治 治子

今日の内容

- ・つづらごとは？
- ・带状疱疹って何？
- ・なぜおこるの？
- ・どんなときにおこるの？
- ・どうやっておこるの？
- ・どうやって診断するの？
- ・どうやって治療するの？
- ・気をつけること
- ・带状疱疹を予防しよう

予防と治療

- ・ どちらが大切か
- ・ どちらが高いか

心筋梗塞では

- ・ 予防にかかる費用 食事療法＋運動療法を行い、2ヶ月に1回内科へ通院した場合：10年間で約8万円
- ・ 予防にかかる費用 脂質異常の薬・降圧薬・抗血小板薬（血をさらさらにする薬）を10年間で内服し、月1回内科へ通院した場合：10年間で約40万円
- ・ 治療にかかる費用 平均入院日数16日
治療費：2,152,533円 3割負担で 約65万円

(protect-heart.comより)

帯状疱疹では

- ・ 予防にかかる費用：予防接種代・ 7000-9000円
- ・ 治療にかかる費用：薬代＋診察料
- ・ 1～2回の診察で済めば→ 8000-9000円程度
- ・ 3～5回かかると→ 12000-14000円程度

つづらご



ひよどりじょうご=つづらご

ナス科の植物

赤い身が帯状疱疹の皮疹に似ている

この実と葉を酢につけたものを患部に塗るという民間療法が福島にある



帯状疱疹とは

- ・ こどもの頃にかかった”みずぼうそう”のウィルスが体のなかに潜んでいて、調子のわるいときに神経をつたわって皮膚にでてきて、神経の痛み、皮膚の赤みと水ぶくれが体の片側だけにできる
- ・ 外からウィルスが入ってくるわけではありません
- ・ 体のごく一部、それも片側だけにしかできません

みずぼうそうと带状疱疹の違い



みずぼうそう

带状疱疹

いつおこるか

初めてからだにウィルスが入ったとき

からだにいたるウィルスが増えるとき

皮疹

全身に

片側のごく一部に

どうやってうつるか

人からうつる

人からはうつらない

予防接種

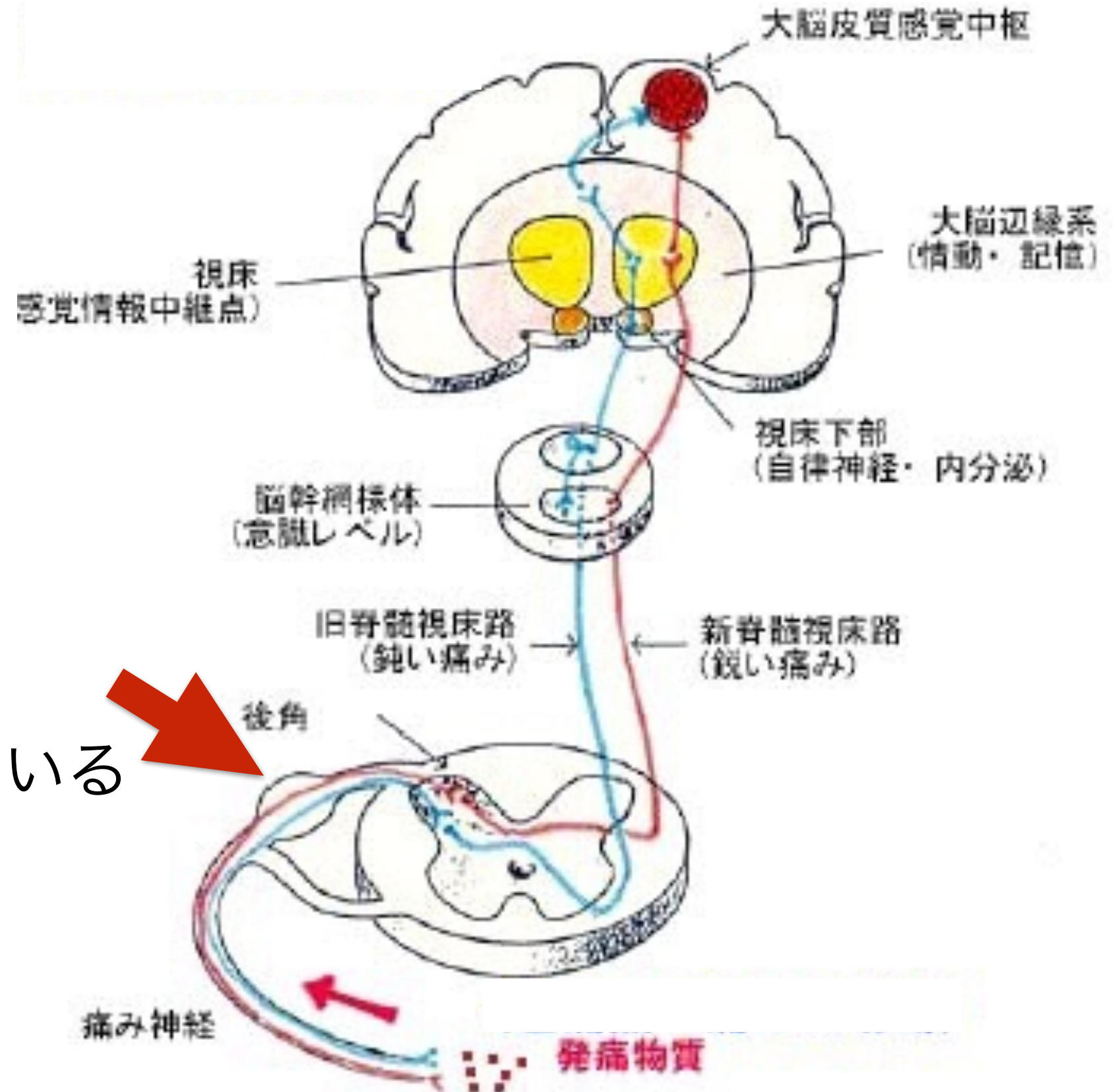
1～3歳

50歳以上

帯状疱疹はなぜおこるのか

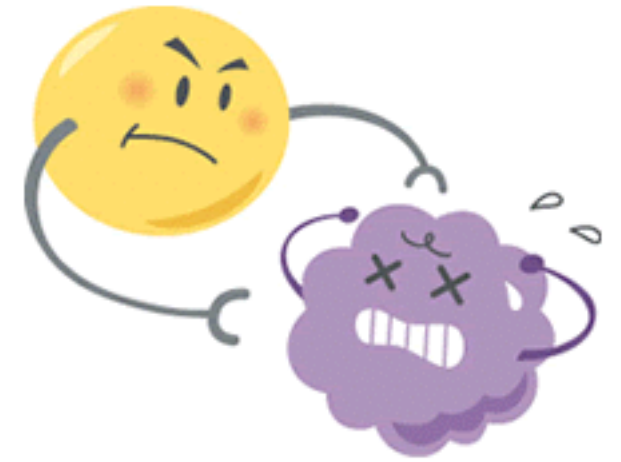
- ・ みずぼうそうにかかった人は全員、みずぼうそうのウィルスをからだの中にもっている
- ・ からだのウィルスを押さえつける力（免疫力）が充分ある間はウィルスは増えることができず、かくれたままである
- ・ 加齢、薬剤、疾患などで、からだをウィルスを押さえつけられなくなったとき、かくれていた神経節からでてくる

神経節



後根神経節
ここにひそんでいる

免疫力とは？



- ・ 免疫：病気を免れる力
- ・ 自分以外のものである病原体や異常な細胞であるがん細胞などをからだから排除することにより病気からからだを守る力

免疫力でウィルスを抑えている

クイズ

- ・ いちばん帯状疱疹になりやすいのはだれでしょう？
 - ・ いちばん帯状疱疹になりにくいのはだれでしょう？
1. 7ヶ月の赤ちゃん（予防接種はまだ）
 2. 30歳の小児科医（みずぼうそうをよくみる）
 3. 50歳の主婦

带状疱疹になりにくい人

- ・ みずぼうそうに頻繁に接触していると、
带状疱疹になりにくいことが研究で
わかっている （予防接種と同じよう
な効果がある）



帯状疱疹はどんなときにおこるのか

免疫力の低下

- ・ 加齢 50歳以上でおこりやすい ウィルスをおさえつける力が徐々に弱くなる
- ・ 薬剤 免疫力を弱める薬（ステロイド、免疫抑制剤など）
- ・ 移植 拒絶反応がおこらないように免疫が極度に下がった状態
- ・ 疾患 生まれつき免疫力が弱い疾患、HIV感染症など

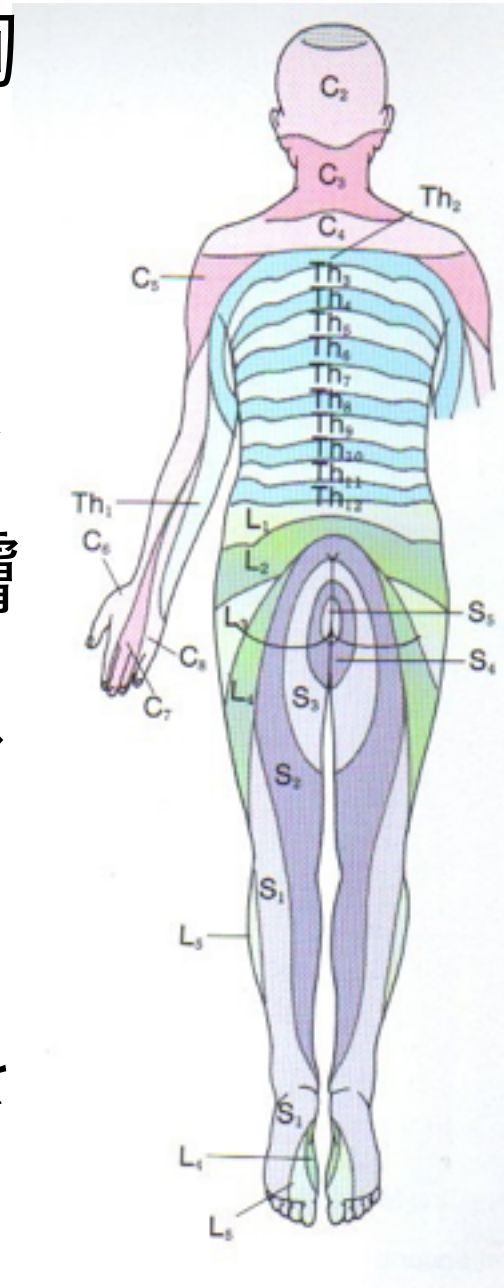
症例



- ・ 50歳女性
- ・ 幼少時にみずぼうそうにかかった。
- ・ ここ1ヶ月ほど仕事が忙しく睡眠不足で食事も不規則。
- ・ 4-5日前から右肩のあたりがチクチクする感じがあった。
- ・ 昨日から赤い発疹と小さな水ぶくれが右肩のあたりにでてきた。その部分が服がすれるときに痛い。

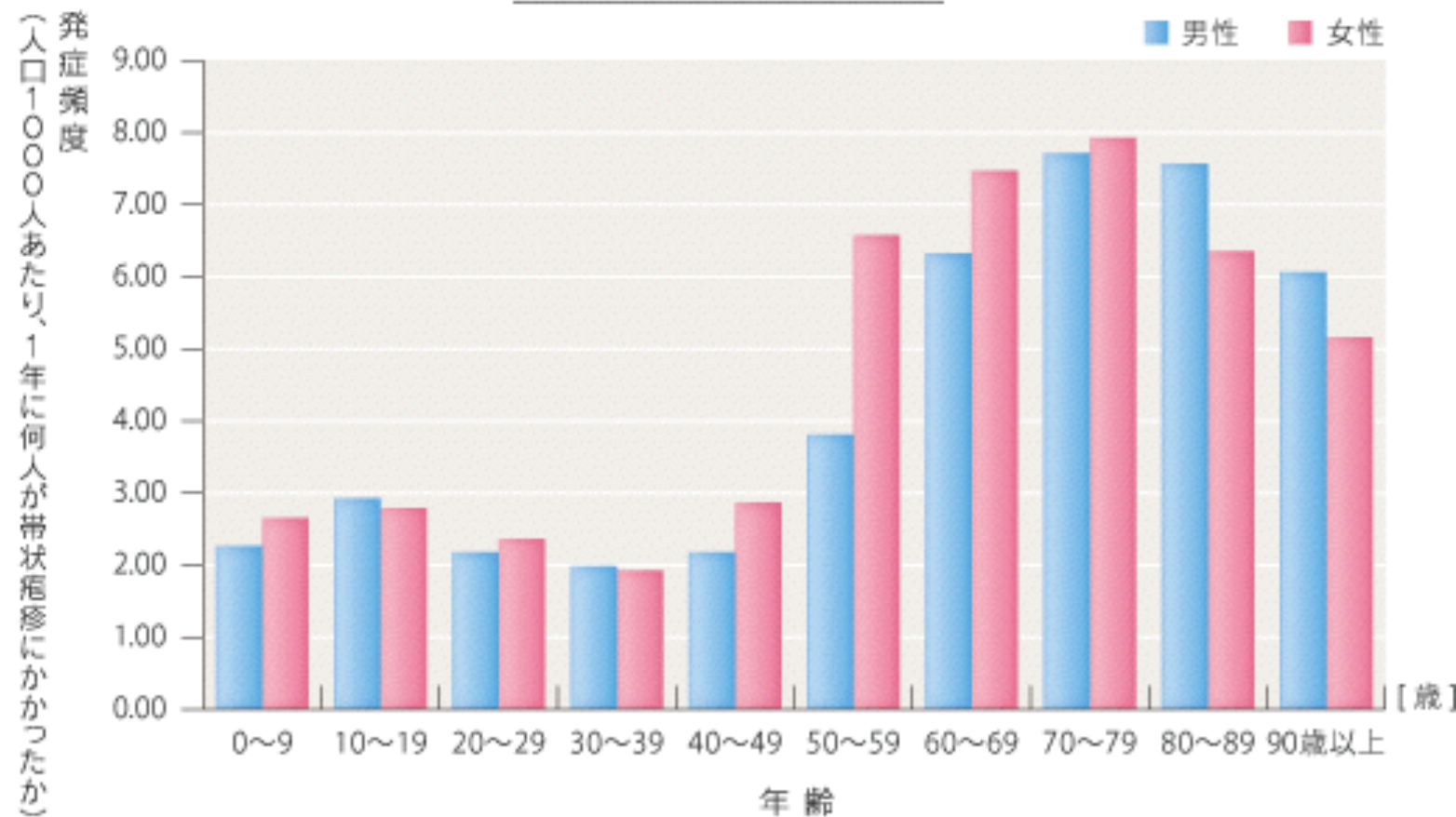
帯状疱疹はどうやっておこるのか

- ・ どの神経節に潜みやすいのか→三叉神経、頸椎、胸椎、腰椎
- ・ どのように神経をつたわって皮膚へでてくるのか→後根神経節に感覚神経の細胞があり、そこから皮膚まで神経が伸びている。その神経に沿ってウィルスによる炎症がおこる
- ・ 痛みがでるのはなぜか →感覚を司る神経が障害されるので痛みの中では一番強い痛みがおこる



帯状疱疹の頻度

帯状疱疹の年齢別発症頻度



Toyama N et al. J. Med. Virol. 81:2053-2058

帯状疱疹の年代別患者数

50歳以上の方が
約70%

50~70歳代
27,971人

80歳代以上
4,043人

40歳代以下
16,374人

全体48,388人

Toyama N, et al: J Med Virol. 81:2053, 2009より作図

どんな人におこりやすいのか

- ・50歳以上 男性<女性
- ・みずぼうそうにかかったことがある（水ぶくれができず、風邪のような症状のみで終わることもある）
- ・血液の病気、移植後
- ・ステロイドや、他の免疫抑制剤をのんでいる
- ・糖尿病
- ・HIV感染

免疫力が落ちている状態

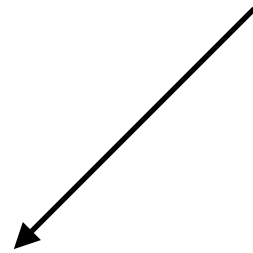
帯状疱疹の診断



- ・ ほとんどの場合は、皮疹で診断する
- ・ 水疱の中のウィルスを検査で証明することはできる

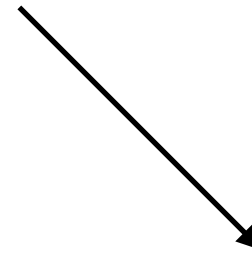
皮疹がでないこともある

- ・ ウィルスが活発になる：皮膚の違和感、痛みだけ
(3～5日間)



免疫力がしっかり働いて
皮膚に到達する前に
ウィルスを排除

皮疹のない帯状疱疹



その後も免疫力が働かず
皮膚に到達して皮疹ができる

普通の帯状疱疹

帯状疱疹の合併症

- ・ 髄膜炎
- ・ 脳卒中（帯状疱疹後は1.3倍、目の周囲だと4倍おこりやすくなる）
- ・ ハント症候群 顔面神経麻痺（半数は難治）
- ・ 免疫がとても落ちている場合には、血液の中にウィルスが入り、全身の皮膚病変、いろいろな臓器に炎症をおこす



目



- ・ 角膜炎、強膜炎
- ・ 急性網膜壊死（失明）
- ・ 目の症状がある場合にはすぐに眼科紹介

耳



- ・ 耳痛
- ・ 外耳道の水疱
- ・ 耳鳴り
- ・ 聴力障害

帯状疱疹後神経痛



- ・ 帯状疱疹のもっともやっかいな合併症
- ・ 帯状疱疹と共にあるいは皮疹がおさまった後に持続する痛み
- ・ 数ヶ月～数年続くこともある
- ・ 睡眠や日常生活を妨げるほどの痛みもある
- ・ 高齢になるほどおこりやすい
- ・ 初期から痛みが強い時、皮疹がひどいとき、皮疹の範囲が広いときにおこりやすい



クイズ2

- ・ 最悪の痛みとは？

尿路結石

痛風 陣痛

神経障害性疼痛

症例



- ・ 68歳女性
- ・ 4年前に肝疾患のため生体肝移植を受け、その後、シクロスポリンなどの免疫抑制剤をのんでいる。
- ・ 2日前より右前胸部と背部に痛みが出現し、その後皮疹も出現。重症。
- ・ 翌日皮膚科を受診し、帯状疱疹の診断で、抗ウィルス薬とアセトアミノフェンを処方された。

症例つづき



- ・痛みは増強し、夜眠れなくなったため、麻酔科紹介。
- ・リン酸コデインと抗うつ薬を処方。
- ・痛みは改善せず、9日目入院。
- ・トラマドールを開始後、増量。11日目より神経ブロックを毎日行った。
- ・16日目より徐々に痛みが改善
- ・1ヶ月後に退院
- ・3ヶ月後に内服薬も終了となった

痛みの慢性化について

- ・ 初期：健康な組織がウィルスでやられることによる
通常痛み＝侵害受容性疼痛
＋神経の痛み＝神経障害性疼痛
- ・ 6ヶ月後：神経の痛み＝神経障害性疼痛
針で刺されるような
電気が走る
焼けるような
普通の痛み止めが効かない



**早い時期にしっかり痛みをとらないと
長く痛みで苦しむことになる**

痛みの慢性化について

初期 ウィルスに障害された部分の痛み



痛みが取り除かれず持続的な痛みになる



中枢神経や末梢神経の働きに異常がでてくる



刺激に非常に過敏になる

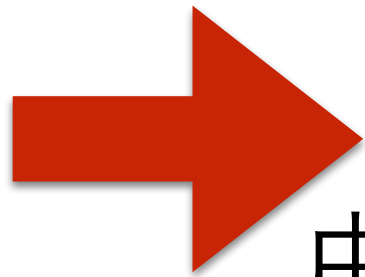


普通なら痛みと感じないような刺激で痛みを感じる

少しの痛みでもひどい痛みとして感じる



活動性の低下・抑うつ・不安・社会生活に影響



痛みの治療



- ・ アセトアミノフェン（カロナール）
- ・ プレガバリン（リリカ）
- ・ 抗うつ薬（サインバルタ、トリプタノール）
- ・ 弱オピオイド（トラマール、トラムセツト）
- ・ 神経ブロック

帯状疱疹の治療

- ・抗ウィルス薬の内服 （高額な薬なので症例を選んで投与する）
- 50歳以上
- 中等度～強い痛みのある場合
- 皮疹がひどい場合
- 顔面 とくに目の症状がある場合
- 合併症がある場合
- 免疫力が落ちている場合



外用薬もあり



帯状疱疹の治療

- ・ 抗ウィルス薬は、皮疹がなくなるまでの期間を約2日短縮（皮疹がでてから2日以内に始める）
- ・ 抗ウィルス薬は、帯状疱疹後神経痛を予防することはできない



重症の場合

- ・ 入院して点滴治療を行う
- ・ 7－10日間
- ・ 腎臓が悪いと点滴の薬が使えないことがあります



帯状疱疹になったときに気をつけること

- ・ みずぼうそうにかかったことのない人にうつす可能性がある
- ・ 水疱の中にウィルスがいて、感染力が非常に強い
- ・ 妊婦が感染すると、胎児に影響がでる

帯状疱疹にかかったら

①みずぼうそうにかかったことのない人

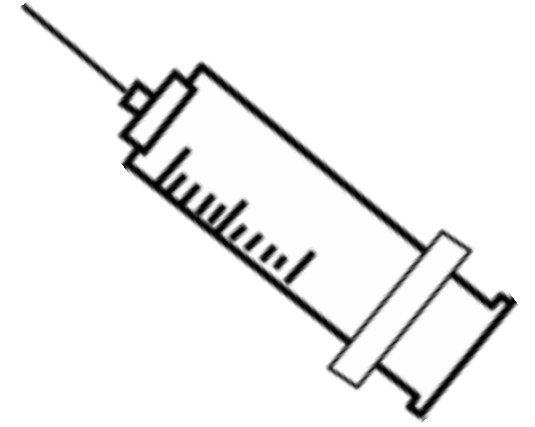
②妊婦

との接触は避ける

带状疱疹の予防

- ・ 1980年ごろより研究が行われてきた
- ・ みずぼうそう患者との接触・水痘ワクチンはウィルスに対する免疫を高めて带状疱疹を予防できる
- ・ 水痘ワクチンで带状疱疹後神経痛も予防できる

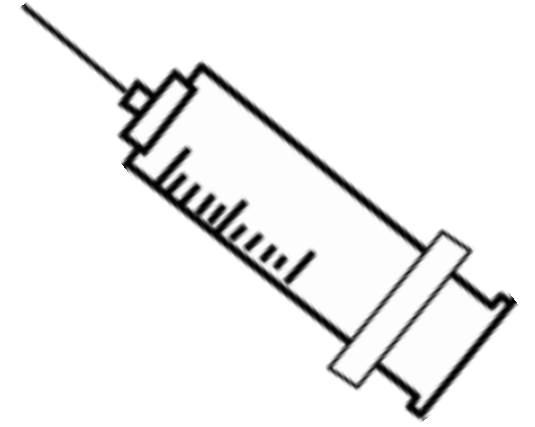
予防接種について



- ・ 水痘ワクチン
- ・ 現在、唯一の帯状疱疹の予防手段
- ・ 接種費用は医療施設によって異なるが7000-9000円程度
- ・ 同種のワクチンで5年間の予防効果が確認



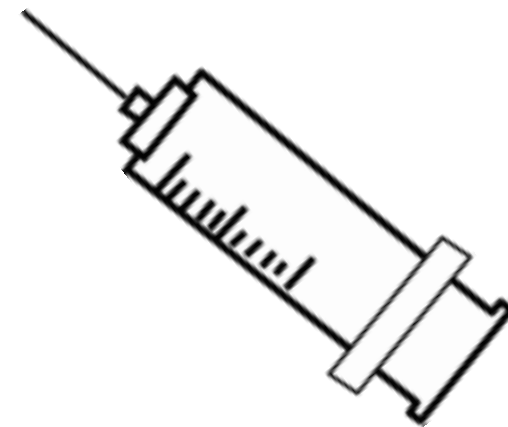
外国では



- ・ 带状疱疹ワクチンはアメリカでは2006年に承認され、現在60カ国以上で使用されている
- ・ アメリカでは2008年から、60歳以上の高齢者に対して、带状疱疹と带状疱疹後神経痛の予防のために同ワクチン接種を推奨している



日本では



- ・ 1986年に日本で開発された水痘ワクチンが承認された

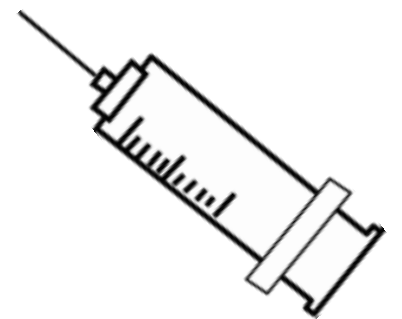
（2006年にこのワクチンのウィルスを使ってアメリカで带状疱疹ワクチンが作られ承認された）

- ・ 2014年から子供に対して定期接種として使用されている（無料）
- ・ 2016年4月に日本の水痘ワクチンがアメリカの带状疱疹ワクチンと同等の薬剤と認められ、承認された

予防接種で気をつけること

- ・ 接種を受けてはいけない場合
疾患や薬剤で明らかに免疫が抑制されている場合
妊娠している場合
ワクチンに対してアレルギーがある場合

- ・ 副反応
皮膚の反応
全身倦怠感
発疹 など



まとめ

- ・ 带状疱疹は身近な疾患である
- ・ 高齢になるほど带状疱疹後神経痛をおこすことが多い
- ・ 带状疱疹後神経痛は日常生活をおびやかすほど長く、強く痛むことがある
- ・ 水痘ワクチンで带状疱疹と带状疱疹後神経痛を予防

キーワード

- ・ 50歳以上で带状疱疹の予防接種を考えよう
- ・ 治療よりもまず予防
- ・ 痛みがでたら、早めにしっかりと治療しよう