

衛生委員会だより 2024年8月

～帯状疱疹～

帯状疱疹は神経に潜んでいた水痘・帯状疱疹ウイルスが活性化することで発症する皮膚疾患です。

◆症状◆

通常右側、または左側どちらか一方に出るのが特徴で、痛みを伴う皮膚症状が3週間¹⁾ほど続きます。

症状としてはまずピリピリ、チクチク、ズキズキといった神経痛が出て、1週間程度²⁾で痛みがある部分に赤い斑点が見られるようになります。その後赤い斑点内に水ぶくれができ、水ぶくれが破れてびらん(ただれた状態)になり、最終的にそこがかさぶたになって症状がおさまる、という経過を辿ります。

※経過や痛みの程度には個人差があります。

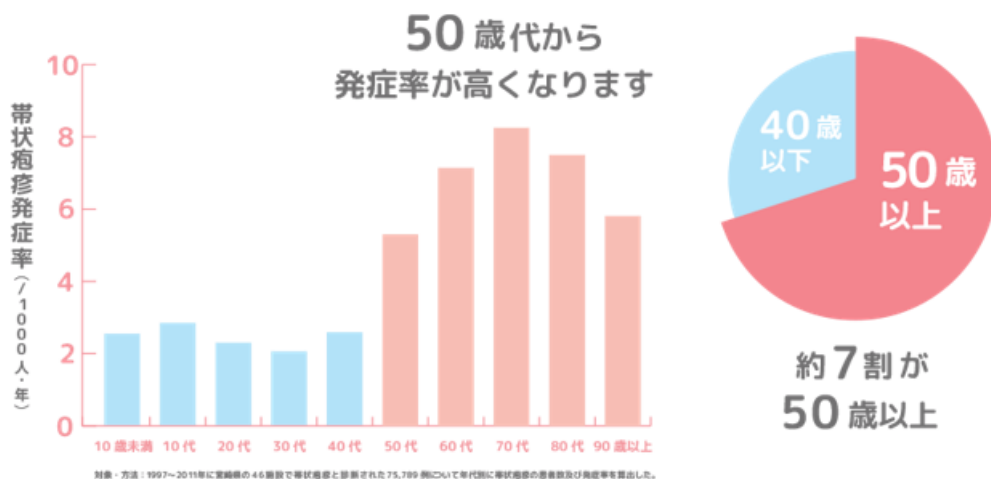


川島眞先生提供 ←

【衛生委員会】

◆なりやすい人◆

様々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、带状疱疹患者の約7割が50歳以上の方です



◆予防について◆

免疫が下がると発症しやすくなります。

現代社会では過労やそれに伴うストレス、体調管理不足、不摂生、人間関係によって引き起こされるストレスなどで免疫が低下してしまうことが少なくありません。バランスのとれた食事、十分な睡眠、適度な運動など、できるだけ健康的な日常を保ち、ストレスのたまりにくい状況を維持することが带状疱疹の予防にもつながります。

【ワクチン接種】

50歳以上の方は带状疱疹予防ワクチンが接種できます

ワクチンを接種することで発症率が抑えられるだけでなく、もし発症してしまっても重症化しにくくなる、痛みが残りにくくなるなどが期待できます。