



健康生活を送るためのお役立ちメモ



コロナ禍で増えている? 「**帯状疱疹**」

帯状疱疹とは、**痛みを伴う帯状の発疹**が出る皮膚疾患です。本来は50歳以上に多い疾患ですが、**コロナ禍**になってからは若い層にも広がりを見せ、**全体の患者数も増加傾向**にあるといわれています。帯状疱疹は早期発見・早期治療が大切で、治療が遅れると後遺症に長く悩まされたりするケースも少なくありません。そこで今回は、**コロナ禍で注意したい帯状疱疹**についてご紹介します。

コロナと帯状疱疹の関係は?

国内ではまだ統計はとられていないようですが、コロナ禍に入ってから**世界的にも帯状疱疹の患者数が増えている傾向**にあるようです。その理由として、**コロナに感染して免疫細胞がダメージを受けたこと**、また、コロナで生活が一変したことによる**ストレスで免疫力が低下**したことが影響しているのではと推測されています。



どんな症状?

尋麻疹やかぶれのような**赤く小さな水ぶくれを伴う発疹**が、**体の左右どちらかに帯状**に現れる皮膚疾患です。主に**お腹・背中・胸**などの胴体に現れますが、まれに顔にできることもあります。痛みは個人差があり**激しい痛み**を感じる方もいれば、**違和感を感じる程度**の軽い方もいます。単なる発疹と思われるかもしれませんが、**放っておいたために神経痛**が長引いたり、顔の神経で発症して**顔面麻痺**を引き起こしたり、重症化して**髄膜炎**や**脳炎**になったケースもありますので軽視はできません。



原因は?

帯状疱疹の原因は、**水痘・帯状疱疹ウイルス**です。水痘とはいわゆる「**水ぼうそう**」のことで、多くの方は子どもの頃に発症した経験があるのではないのでしょうか? 実は「**水ぼうそうは一度かかったから大丈夫**」ではなく、**ウイルスは神経の奥深くに潜伏**していて、**免疫力が低下したタイミングで発症**します。



注意が必要な方は?

水ぼうそうの経験がある方は帯状疱疹を発症する可能性がありますので、大体の日本人がリスクを抱えています。**患者数は50代で増え出し、50~70代で発症率のピーク**を迎えます。50代以上の方が患者数の7割を占めていますが、実は心理的な**ストレス**が多いコロナ禍では学生などの若年層にも患者が増えています。また、**糖尿病**などの**生活習慣病**や**ガン**を患っている方など、**免疫の働きを抑える薬を使っている方**は免疫力が低下しているため注意が必要です。

予防するには?

帯状疱疹は**50歳以上**の方を対象とした**ワクチン接種**で、**発症率や重症化率を下げる**ことが可能です。ワクチンは「**不活化ワクチン**」と「**生ワクチン**」の2種類があり、**効果が高いのは「不活化ワクチン」**です。ただし、どちらも任意接種のため費用は**全額自己負担**となり、「不活化ワクチン」は1回2万円程度を2回接種、「生ワクチン」は1万円程度を1回接種と費用がかかります。**補助金**などを出している自治体もありますので、お住まいの地域やかかりつけの病院にお問い合わせください。



また、**免疫力が低下すると発症しやすくなる**ため、**疲労やストレスをためない**など、心身共に健康的な生活を心がけましょう。

神経痛などの後遺症を発症させないためには、**発疹が出てから3日以内に治療を開始**することが重要です。**異変に気付いたら、早急に皮膚科の受診をおすすめ**します。