2026 年 11 月　健康だより

帯状疱疹

▶帯状疱疹とは

過去に水痘（水ぼうそう）に罹患
↓
ウイルスが身体の中に潜伏

免疫機能の低下

水痘帯状疱疹
ウイルスの
再活性化

水疱（水ぶくれ）が出現

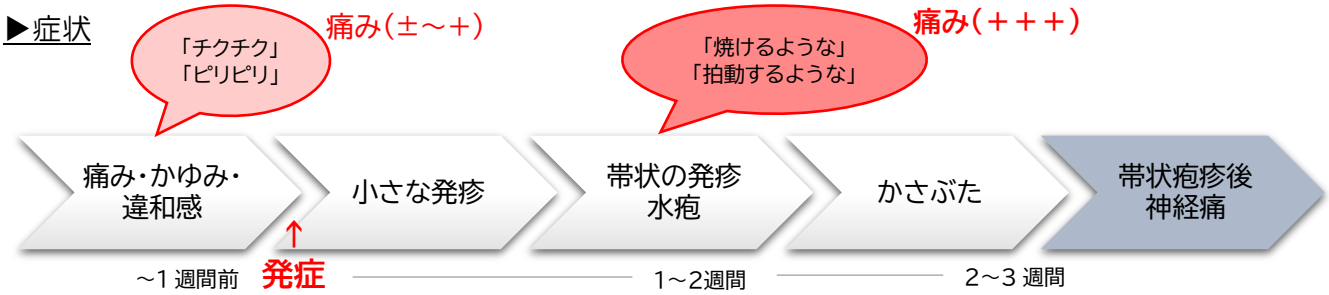
・神経に沿って
・（主に）身体の左右どちらかに
・帯状に
・激しい痛みを伴うことあり

＊　体内に潜伏していたウイルスが、免疫機能の低下をきっかけに再活性化
＊　50～70 代の発症が多い
＊　20～40 代も過去と比較すると発症率が増加（予防接種の普及によりブースター効果を得る機会が減少）

▶免疫機能低下の要因は？



▶症状



▶合併症

予防接種＆早期受診がリスク減の鍵！

帯状疱疹後神経痛（PHN）

＊皮膚症状が治った後も痛みが残る
「焼けるような」「締め付けるような」「ズキンズキンとする」
＊アロディニア：軽く触れただけでも強い痛みを感じる
＊50 歳以上では約 2 割が移行！要注意！

→ **睡眠への影響**
日常生活の質の低下

眼の合併症

＊三叉神経第 1 枝（前頭部・上まぶた・鼻部）の発疹
＊角膜炎、結膜炎、ぶどう膜炎、外眼筋麻痺など
＊視力低下や失明に至ることもある

耳の合併症（ラムゼイハント症候群）

＊耳の帯状疱疹、耳の痛み
＊顔のピリピリ感、顔面神経麻痺
＊めまい、ふらつき、耳鳴り、難聴など

医療法人社団　俊秀会　エヌ・ケイ・クリニック

▶治療

とにかく！早期受診

痛み＋発疹が出たら
3 日以内に皮膚科へ！



・発疹の出現から72時間以内に治療を開始すると効果大
・抗ウイルス薬の使用で合併症のリスクを減らせる
・早く受診するほど回復しやすい

薬の種類・治療

・抗ウイルス薬（ウイルスの増殖を防ぐ）
・鎮痛薬（程度に応じて様々な種類あり）
・通常では7日間内服、重症の場合点滴・入院もあり

受診科

・症状に気づいたらまず皮膚科
・全身倦怠感、発熱などの全身症状がある場合は内科でもよい
・顔に発疹など合併症の可能性がある場合は眼科、耳鼻咽喉科も〇

PHNの治療

・内科、ペインクリニック
・薬物療法が中心（慢性痛治療薬やオピオイド鎮痛薬）
・神経ブロック注射、レーザー治療など

▶予防

帯状疱疹ワクチンの予防接種



＊2025 年度から 65 歳の方などへの予防接種が、予防接種法に基づく定期接種の対象に！
　・2025～2029 年度までは 65 歳以上の方への経過措置あり
　・対象者には自治体から通知が送られます
＊ワクチンの種類：　生ワクチン（皮下に 1 回接種）
　　組み換えワクチン（筋肉内に 2 回接種【2 ヶ月以上空けて】）
＊自治体によってワクチンの種類や金額、予約方法などが異なります
　詳しくは、自治体より送られる案内を確認してください

生活上の注意（免疫機能を下げないためにできること）

＊日ごろから十分な休息・睡眠をとる
＊ストレスをためない（自分なりのストレス解消法を身につける）
＊規則正しい生活、バランスの良い食事、適度な運動



引用・参考サイト：
厚生労働省帯状疱疹ワクチン
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryou/kenkou/kekkaku-kansenshou/yobou-sesshu/vaccine/shingles/index.html#h2_free1
帯状疱疹予防.jp　https://taijouhoushin-yobou.jp/caution.html
帯状疱疹.jp　https://taijouhoushin.jp/

医療法人社団　俊秀会　エヌ・ケイ・クリニック