

健保だより123

新電元工業健康保険組合
理事長 大西 高弘

日頃より健保組合の取組みに対し、ご理解とご協力をいただき心より感謝申し上げます。

★带状疱疹とは何か？★

带状疱疹は、子どもの頃などにかかった水疱瘡と同じウイルスによって起こる病気です。水疱瘡が治った後も、ウイルスは体の中から完全に消えるわけでもなく、知覚神経節という神経の根元に潜んでいます。加齢や疲労、病気、治療薬などによって免疫が落ちたときに、そのウイルスが再び活動し、神経に沿って皮膚症状や痛みを起こすことがあります。これが带状疱疹です。

症状は体の片側に出ることが多く、胸からお腹、背中、顔などに、ピリピリ、チクチク、ズキズキとした痛みや違和感が先に現れ、その後、赤い発疹や水ぶくれが带状疱疹に広がります。多くは1～2週間程度で皮膚症状が治まり、痛みも1ヶ月ほどで軽くなりますが、中には痛みが3ヶ月以上続く「带状疱疹後神経痛（PHN）」に移行する人もいます。特に高齢で発症した場合や、皮膚症状が重い場合は、痛みが残りやすいとされています。

水疱瘡にかかったことがない人は、体内にウイルスが潜んでいないため、原則として带状疱疹は発症しません。一方、水疱瘡にかかったことがある人は、誰でも発症する可能性があり、80歳までに、日本人の約3人に1人が経験するといわれています。

★带状疱疹の治療★

带状疱疹が疑われるときは、かかりつけ医や内科、皮膚科を受診します。受診のタイミングは早いほど良く、発疹が出てから72時間以内に治療を始めると、予後も良いと考えられています。痛みが弱い、あるいは痛みがない人もいるため、様子を見ているうちに皮膚症状が重くなることがあります。皮膚に痕を残さないためにも、早めの受診をおすすめします。治療は、発症早期から抗ウイルス薬を使います。多くの場合は外来で飲み薬によって治療します。

★予防は、ワクチン接種と生活習慣にあり★

带状疱疹は、疲れやストレス、体調不良など、免疫が落ちたときに発症しやすく、予防のためには、規則正しい生活、十分な休養、バランスの良い食事など、体調を整える生活習慣が大切です。ただし、健康的に暮らしていれば必ず防げるといった病気ではありません。最大の予防手段として位置づけられるのが、ワクチン接種です。带状疱疹ワクチンには、生ワクチンと不活性ワクチンがあります。

生ワクチンは、子どもの水疱瘡ワクチンと同じもので、50歳以上に1回接種します。効果はおおむね7～8年とされ、発症を防ぐ効果は約5割、重症化を防ぐ効果は約6割とされています。ただし、弱毒化しているとはいえ感染力があるため、免疫抑制剤を使っている人、がん治療中の人、リウマチなどで免疫を抑える治療を受けている人には使えない場合があります。費用は1回8,000円程度。

不活性ワクチンは、ウイルスの成分に免疫を高める薬剤を組み合わせたもので、感染力がないため、免疫が落ちている人でも接種出来る場合があります。筋肉注射で2回接種し、発症を防ぐ効果は約9割。少なくとも10年以上効果が続くといわれています。費用は1回2万円程度を2回が目安。

実際の費用や助成の有無は自治体や医療機関によって異なるため、確認が必要です。当健保組合でも今年度から、ワクチン接種補助を開始しておりますので、重症化を防ぐ意味でも積極的にご活用頂ければと思います。

以上