

## 带状疱疹の痛み

### 【带状疱疹ってどんな病気】

水ぼうそうにかかった時に、水痘、带状疱疹ウイルスに感染します。その後、水ぼうそうが治ってもウイルスは神経の中で眠っています。その後、数十年して免疫の監視が緩んできた時期に疲れがたまったり、体が弱ったりすると、その神経と皮膚にウイルスが増殖し带状疱疹が発病します。最も頻度の多い胸部では帯状に皮疹が見られます。その他には、顔や首、腕、足など神経の走行に沿ってです。

### 【どんな痛みですか】

皮膚の発疹がでる数日前から痛みがでることも多く、ぴりぴり、じんじん、ひりひりといった痛みで、じっとしていても痛みます。基本的に左右のどちらかにでます。

痛みが悪化してくると電気が走るような強い痛みも伴うこともあります。また、服がこすれただけで痛みがでるようなアロディニアと呼ばれる神経痛の症状も見られることも多いです。

### 【痛みが残ることがある】

ウイルスによって神経が炎症を起こしたり、傷ついたりすると痛みがでます。高齢でこの病気がかかったり、最初から強い痛みをとまったり、感覚の低下が強い場合、神経の傷が深くなっていることがあり、痛みが長く残ることがあります。带状疱疹が発病して何カ月たっても痛みが残る場合があり、带状疱疹後神経痛と呼ばれます。60歳以上の方は神経の回復が悪いこともあり約3割の人に痛みが残ると言われています。

### 【どんな治療をするのですか】

急性期には抗ウイルス薬をできるだけ早く服用することが大事です。抗ウイルス薬は、傷ついた神経を治療するわけではなく、ウイルスの増殖を抑える目的なので、できるだけ早く飲むことが大事になってきます。痛みの強い場合は、早期から炎症を抑える鎮痛薬と神経痛の薬を投与します。

薬以外の治療として、神経ブロックという治療があります。神経ブロックとは注射により神経の炎症を改善させ痛みを緩和する治療です。肋間神経ブロック、硬膜外ブロックなど色々な方法があり、带状疱疹がどの神経に出現したかによって方法が異なります。神経ブロックはペインクリニック科のある医療機関で受けられます。

带状疱疹の強い痛みが出た場合、痛みに対して早期から積極的に治療を行うことが、痛みを長引かせないために重要と考えられます。

### 【带状疱疹を予防する】

带状疱疹の発症を予防するためのワクチンがあります。以前から水ぼうそうのワクチンをうつと、带状疱疹の発症を予防できたり、発症しても軽く済むことが分かっていました。

最近では、予防効果が更に高く有効期間の長い、新しいタイプのワクチンが使用できるようになりました。このワクチンは、やや高額な自費治療となることが欠点ではあります。