

# たい じょう ほう しん 帯状疱疹ってどんな病気？

めざせ！健康寿命日本一！

## 奈良 養生訓

vol. 160

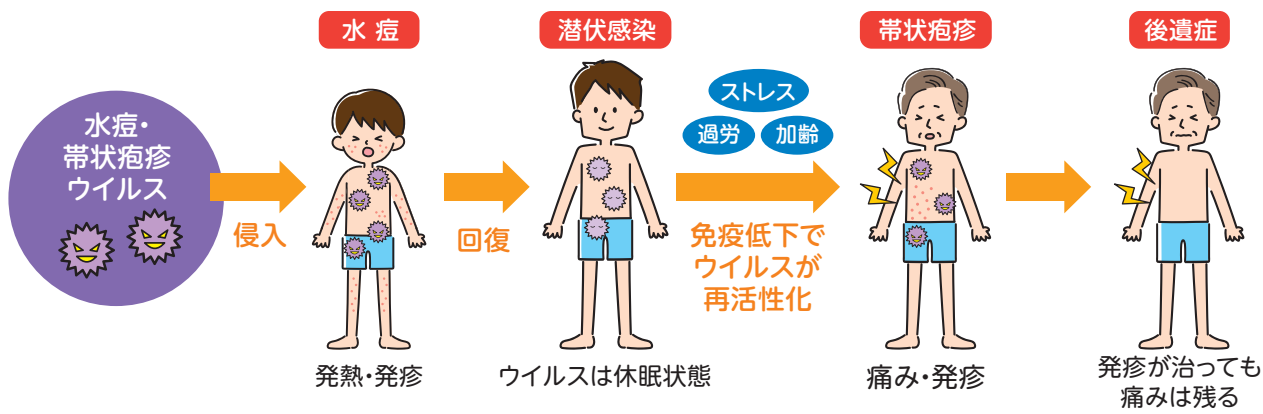


### 帯状疱疹について

帯状疱疹とは、体内に潜んでいる水痘・帯状疱疹ウイルスによって起こります。水痘（水ぼうそう）にかかったことがある人は、体内にウイルスが潜伏しており、加齢や過労、ストレスなどで免疫が低下するとウイルスが再度活性化して帯状疱疹を発症します。50歳以上になると発症率が高くなり、70歳代がピークと推定されています。

### 症状

主な症状は、身体の左右どちらか片側の皮膚に生じる、痛みやかゆみを伴う発疹（水痘）です。皮膚が正常に戻るまでには1カ月ほどかかります。また、皮膚が正常に戻った後も痛みが持続し、痛みが完全になくなるまでには長期間かかる場合があります。



### 治療

ウイルスの増殖を抑制する抗ウイルス薬の投与（内服・点滴）が行われます。また、痛みを抑える目的で、痛み止めが処方されることがあります。



### 予防

#### 日頃の体調管理が重要！

バランスの取れた食事、十分な睡眠、適度な運動など、免疫を低下させない体調管理を心がけましょう。また、帯状疱疹ワクチンは、発症を予防し、重症化の予防につながるとされています。

#### 帯状疱疹ワクチン

帯状疱疹のワクチン接種は、現在のところ個人の希望と医師の判断によって接種する「任意接種」に位置付けられています。接種費用は医療機関ごとに定められており、帯状疱疹に有効なワクチンは2種類あります。接種については、各医療機関にお問い合わせください。



名称	乾燥弱毒生水痘ワクチン	乾燥組換え帯状疱疹ワクチン
種別	生ワクチン	不活化ワクチン
対象	50歳以上の人	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 50歳以上の人</li> <li>● 帯状疱疹に罹患するリスクが高いと考えられる18歳以上の人</li> </ul>
接種回数・接種方法	1回・皮下注射	2回・筋肉内注射

### 県疾病対策課からのお知らせ

### 奈良宣言をご存じですか？



肝臓は沈黙の臓器と呼ばれており、肝硬変や肝臓がんに進行して初めて肝臓病が見つかる人も少なくありません。そこで、肝疾患の早期発見・早期治療につなげるため、日本肝臓学会において「奈良宣言2023」が発表されました。健康診断などでALT値が30を超えていた場合、かかりつけ医を受診しましょう。