

宮崎善仁会病院 リウマチセンターニュース

第13号(2023年4月号 [2023/4/11 発行])

すっかり春らしく暖かくなってきました。リウマチ科外来に通院中の皆さまはいかがお過ごしでしょうか？4月になって、新年度となり、環境も変わる方もいるかと思えます。また、心機一転、新しい目標を設定されている方もいらっしゃるかもしれませんね。さて、今回は、次号の**帯状疱疹ワクチン**のお話しの前に、**帯状疱疹**についてのお話しをしたいと思います。

帯状疱疹の特徴

帯状疱疹は、水ぼうそうと同じウイルスで起こる皮膚の病気です。体の左右いずれかの神経に沿って、赤い斑点と水ぶくれが多数集まって帯状に生じ、痛みを伴います。上半身に現れることが多いですが、顔面、特に目の周りにも現れることがあります。



愛知医科大学皮膚科 渡辺大輔先生ご提供

通常、まず神経に沿ってチクチクとした痛みが生じ、その後皮膚症状が現れると、キリキリと刺すような痛みとなり、激しい場合は夜も眠れなくなります。多くの場合、皮膚症状が治ると痛みも消えますが、神経の損傷を起こすと、その後も痛みが続くことがあります。これは「**帯状疱疹後神経痛 (PHN)**」と呼ばれ、最も多い合併症です。また、生じる

部位によって、角膜炎、顔面神経麻痺、難聴などの合併症を引き起こすことがあります。加齢、疲労、ストレスなどによる免疫力の低下（関節リウマチなどで免疫を抑える治療を受けている場合も含まれます）が発症の原因となることがあります。50歳代から発症率が高くなり、80歳までに約3人に1人が帯状疱疹を発症するといわれています。疲労やストレスなども発症のきっかけになります。また、糖尿病やがんなどの免疫力が低下する病気が原因になることもあります。関節リウマチや全身性エリテマトーデスも発症率が高いことが分かっています。

帯状疱疹はどのように発症するのか

帯状疱疹は、多くの人が子どものときに感染する水ぼうそうのウイルスが原因で起こります。水ぼうそうが治った後も、ウイルスは体内（神経節）に共存していますが、通常、自分の免疫力で増殖を抑えています。過労、ストレス、病気などで免疫力が低下すると、ウイルスが再び増殖して、帯状疱疹を発症します。発症すると、皮膚のみならず神経にも炎症を起こし、痛みが生じます。神経の損傷がひどいと、皮膚の症状が落ち着いた後も、痛みが続くことがあります。日本人成人の90%以上は、このウイルスが体内に潜伏していて、帯状疱疹を発症する可能性があります。

帯状疱疹後神経痛 (PHN)

神経が損傷されることで、皮膚症状が良くなった後も痛みが残ることがあり、3か月以上痛みが続くものを帯状疱疹後神経痛 (PHN)

と呼び、主な合併症の一つです。PHNは、「焼けつくような」「電気が走るような」持続性の痛みや、「ズキズキとする」痛みが特徴です。PHNになりやすい因子として、年齢（高齢者に多い）、痛みが強い、皮膚症状が重症である、などがあります。50歳以上で帯状疱疹を発症した人のうち、約2割が、更に80歳以上で3人に一人がPHNになるといわれています。PHNになると仕事や趣味など日常生活にかなりの制限を引き起こしますので重要な合併症の一つです。

その他の合併症

帯状疱疹は、頭部から顔面に症状が6人に1人程度出ることもあり、その場合、角膜炎や結膜炎などの合併症を引き起こすことがあります。重症化すると視力低下や失明に至ることもあります。その他、顔面神経麻痺や耳介の帯状疱疹を特徴とする「ラムゼイ・ハント症候群」と呼ばれるものがあります。耳の神経への影響から、耳鳴り、難聴、めまいなどを生じます。このように、帯状疱疹はさまざまな合併症を引き起こすことが知られていますが、できるだけ早く治療を行うことによって予後を改善できる合併症もありますので、早めの受診が大切です。

帯状疱疹にならないために

帯状疱疹は、加齢や疲労などによる免疫力の低下に伴い、誰でも発症する可能性のある病気ですので、帯状疱疹になりにくい体づくりのためには、睡眠をきちんととる、疲

れを残さない、食事のバランスに気をつけるなど、日頃から体調管理を心がけることが大切です。50歳以上の方は、**帯状疱疹ワクチン接種**で予防することができます。関節リウマチなどで免疫の治療を受けられている方には、是非、お勧めします。次回は、その帯状疱疹ワクチンについてお話しします。

（日高利彦）

第38回 宮崎県リウマチ研究会/第31回 宮崎リウマチのケア研究会が開催されました

2023年3月18日（土）にMRT miccにて、第38回 宮崎県リウマチ研究会/第31回 宮崎リウマチのケア研究会が開催され、当院薬剤科主任の小村大輔先生が「関節リウマチ診療における当院薬剤部の取り組み」の演題で素晴らしい発表してくれました。多くのご質問もあり大きな反響がありました。小村先生お疲れ様でした。



リウマチセンターニュースのバックナンバーの必要な方は当院の職員に気軽にお尋ね下さい。

なお、当院のホームページでもバックナンバーを確認出来ます。

(https://www.m-zenjin.or.jp/publicity_cat/publicity_1)