

すこやか

2023.9 第189号

発行：金沢市医師会
責任者：鍛治 恭介
金沢市大手町3の21 TEL.263-6721
URL:<http://www.kma.jp>

たいじょうほうしん

带状疱疹と予防ワクチンについて

带状疱疹は水痘（みずぼうそう）と同じ、水痘带状疱疹ウイルスによっておこる疾患です。このウイルスに初めて感染したときは水痘として発症します。しかし水痘が治った後も、ウイルスは何十年も体の神経節というところに潜んでいます。普段は免疫力によってその活動が抑えられていますが、加齢やストレスなどで免疫力が低下すると、そのウイルスが活動し带状疱疹を発症します。

今回は主に带状疱疹の発症を予防する2種類のワクチンについて紹介します。ワクチンは50歳以上(*)の成人に接種することができます。

带状疱疹の症状について

日本の成人の9割以上が水痘带状疱疹ウイルスに感染していて、体内にウイルスを持ちながら通常的生活をしています。しかし加齢やストレスなどで免疫力が低下すると、そのウイルスが活動し始め带状疱疹を発症します。神経節に潜んでいたウイルスは神経に沿って移動し、皮膚に到達します。したがって皮膚の症状としては、体の片側の一部に帯状の赤みや水疱ができ、同部位に強い痛みやしびれを伴います（図1）。

ズキンとする痛みや触れただけでも不快な痛みがあり、睡眠も妨げられます。顔の領域に带状疱疹ができると、眼の角膜にウイルスが付くことがあります。ま

た、顔面の神経が麻痺することもあります。さらに重症化すると、脳や脊髄を覆う髄膜や髄液の中にウイルスが入り髄膜炎といわれる病気になります。これらの症状は数日で悪化しますので1日でも早

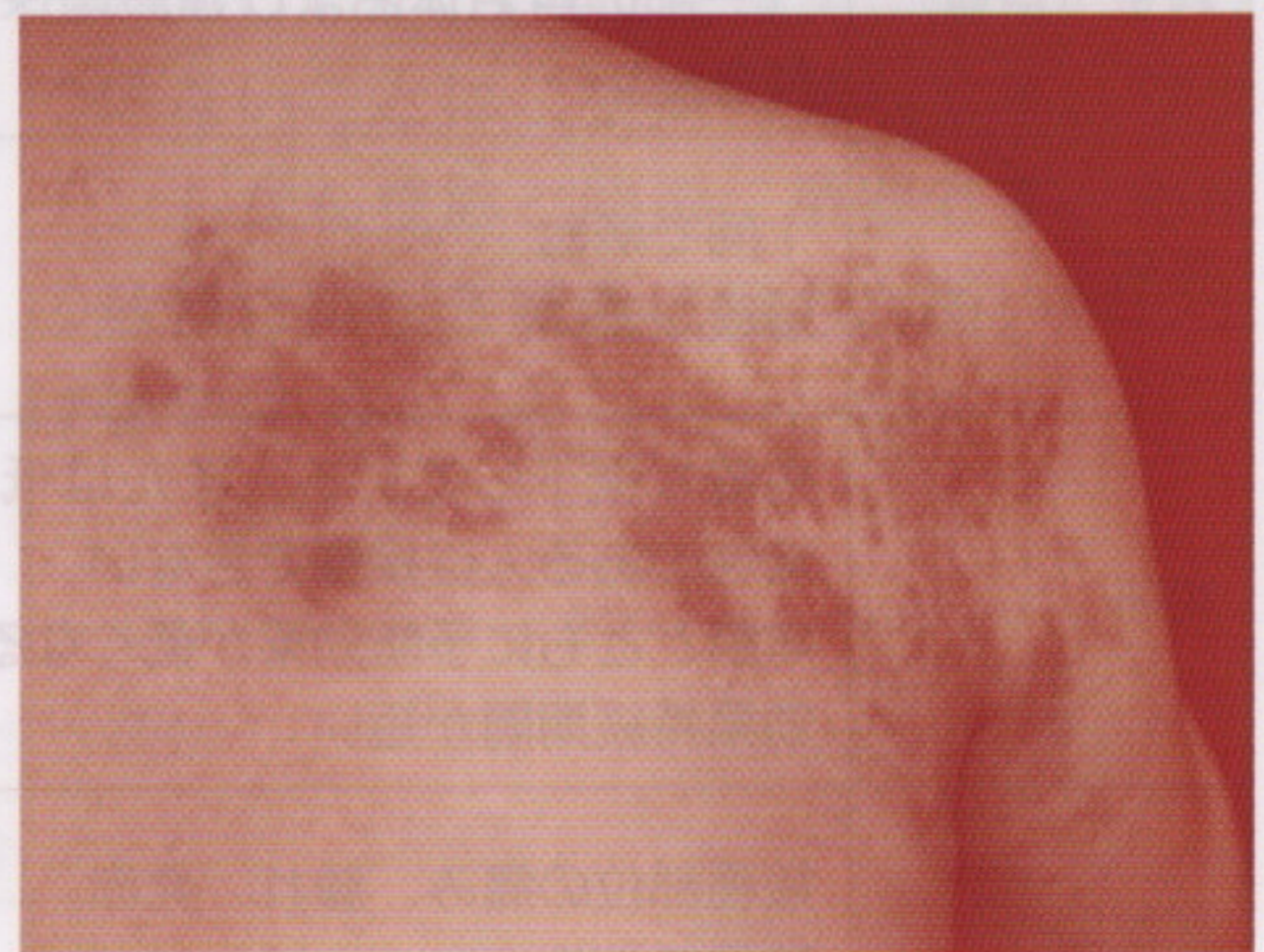


図1 右背部の带状疱疹

く治療を開始したほうが進行を予防できます。典型的な帯状疱疹の皮疹であれば見た目だけで診断できますが、まれに皮膚所見がわずかで、痛みも軽度の場合があり、そういった際は（保険診療で）帯状疱疹の検査キットを使って診断できるようになりました。

なお、帯状疱疹は9割以上の人は感染したことがあるので、他人にうつることはまれですが、これまで水痘にかかったことのない人（とくに子供）には水痘としてうつります。

また、帯状疱疹に2回以上かかる人も数パーセントいると報告されています。

帯状疱疹の治療について

ウイルスに対する抗ウイルス薬を投与します。内服薬、外用薬、点滴があります。早めに治療すれば、内服薬と外用薬で1～

2週間程度で赤みや水疱は軽快し痛みも軽減します。痛みが強いときは通常痛み止めやオピオイドといわれる薬を内服することもあります。しかし治療が遅れ重症になると入院し点滴治療等が必要な場合もあります。

ところがこれらの治療をしても一部のかたでは、皮膚症状が治った後も、数か月～1年以上もつらい痛み（帯状疱疹後神経痛といいます）やしびれが残ってしまいます。

帯状疱疹予防ワクチンについて

重症化と帯状疱疹後神経痛を防ぐために、帯状疱疹自体の発症を予防するワクチンがあり、最近接種する人が増えています。また将来免疫を抑える薬を投与する予定がある人は、事前に接種する場合があります。

帯状疱疹予防ワクチンには生ワクチンと不活化ワクチンの2種類があり、50歳以

表1 帯状疱疹予防ワクチンの比較

	生ワクチン	不活化ワクチン
接種回数	1回	2回
接種方法	皮下注射	筋肉内注射
予防効果	50%程度	90%以上
効果持続期間	5年程度	10年まで確認済
料金（自費）	8000円程度 （一部の自治体および建設国保に助成制度あり）	1回2万円以上 （一部の自治体および建設国保に助成制度あり）
長所	1回で済む 値段が安い	免疫が低下している人にも接種できる 予防効果が高い 効果持続期間が長い
短所	免疫が低下している人または低下する可能性のある人は接種できない 年齢とともに予防効果が低くなる 効果持続期間が短い	2回の接種が必要 値段が高い
副反応	接種部位の痛み、腫れ、発赤 数日で消失	接種部位の痛み、腫れ、発赤 筋肉痛、全身倦怠感 数日で消失

上の方が投与可能です。50歳以上に限定（*）したのは、加齢に伴い免疫が徐々に低下し50歳くらいから带状疱疹の発症が急に増えるからです。

それぞれのワクチンの特徴を表1にまとめてみました。

表にあるように2つのワクチンはそれぞれ特徴があり、ご自身の年齢や体の状態を考慮して接種します。接種を希望される方は医療機関にお問い合わせください。

自治体による 助成制度について

現在、带状疱疹ワクチンについては、国の審議会において、予防接種法に基づく定期接種化に向けて、その効果や対象年齢などについての検討が行われているところです。そのこともあり、带状疱疹ワクチンの任意接種に対して公費助成制度を導入しているのは、全国で185自治体、石川県内では、かほく市、中能登町、宝達志水町、津幡町の4自治体に留まっているようです。

建設国保による 助成制度について

建設国保に加入している方は、1人あたり2500円の補助が受けられます。詳しくは建設国保石川県支部にお問い合わせください。建設国保のホームページにも概略が載っています。

まとめ

带状疱疹の発症率は50歳代から急上昇し、80歳までに3人に1人が発症するといわれます。带状疱疹に罹患するとその症状

もさることながら神経痛がひどく、日常生活が大きく妨げられます。ここ数年新しい治療薬が開発され、带状疱疹の治療成績も向上してきました。しかし、まだまだ带状疱疹後神経痛に悩まされる方も多くいらっしゃいます。そこで近年、50歳以上（*）の方にですが、新しい带状疱疹予防ワクチンが打てるようになりました。

我々は新型コロナウイルス感染症を経験し、ワクチンに対する意識も変わったのではないのでしょうか。带状疱疹予防ワクチンには保険が適応されませんが、ワクチンの接種による带状疱疹の予防効果は高いのでワクチンを受けたいと思われるかたは、最寄りの医療機関にご相談ください。

*ごく最近、带状疱疹に罹患するリスクが高いと考えられる18才以上の成人に対象が拡大されました。

前回6月発行の「すこやか」188号の内容にご指摘をいただきました。

3ページ目「HPVワクチンについて」に記載されている「子宮頸がんと前がん病変を確実に抑える」との文章についてです。「発症を抑制する」ことを意図したものでしたが、「発症を確実に防ぐ」わけではないことはご指摘の通りです。ワクチンもがん検診と同様に重要です。市民の皆様には引き続きご協力お願い申し上げます。

令和5年度 第2回 フレイル予防祭り

主催：金沢市

～みんなで楽しくフレイルを学んで予防しよう!～



- [日時] 令和5年11月8日（水曜日） 概ね9：30～12：30
- [会場] 金沢市駅西福祉健康センター3階 駅西健康ホール（金沢市西念3-4-25）
- [対象] 金沢市民（出入り自由です。どなたでもお気軽にご参加ください。）
- [費用] 無料
- [内容] フレイルチェック体験（簡易版）、フレイル予防活動体験（お口の体操、栄養講話、筋力向上運動、脳活プログラム、手工芸体験など）、専門職による相談、フレイル予防に関する情報や取組紹介など

問合せ先 **公益財団法人金沢健康福祉財団**
 電話:222-0102 FAX:222-4366

金沢市フレイルチェックの日

～フレイルチェックで気づいて、取り組もう、目指せ!健康長寿～

- [日時] 令和5年11月28日（火曜日） 1部 13：00～、2部 14：20～

●1部、2部とも同じ内容です。所要時間100分程度。

- [会場] 金沢市鳴和台市民体育会館
（金沢市鳴和台285）

11月7日(火)
より受付開始!

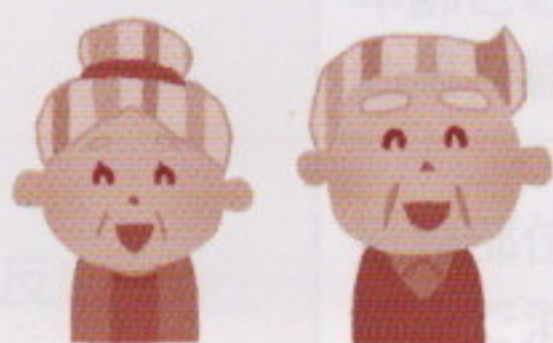
- [対象] 65歳以上の金沢市民 50名程度（要予約）

- [費用] 無料

- [内容] 質問紙や測定機器を用いて、フレイルの兆候を確認。
自身で測定結果を確認しながらチェックシート（通知表）を作成。
（社会参加状況の記入確認、噛む力、手足の筋肉量、片足立ち上がりの測定など）



問合せ・申込先 **金沢・健康を守る市民の会**
 電話:222-0103 FAX:222-0182



フレイル…加齢とともに心身の活力が低下した状態

詳細は **金沢フレイル予防ネット** で検索!

URL <https://www.kanazawa-fureiruyobou.net>

