

知って役立つ

ミニ家庭医学講座

第10回



带状疱疹と水ぼうそうに要注意の季節です

寒さが少し緩んでくるこの時期、「チクチクと皮膚の痛みが発生し、その後赤くポツポツとできものができた」と診察室に來られる方がいます。特有の症状の出方と水ぶくれの形、発症部位によって、それが带状疱疹（たいじょうほうしん）と分かります。

これは幼いころにかかった水ぼうそうの病原体、水痘（すいとう）带状疱疹ウイルスが体の中の神経に長いこと隠れていて、体力が弱った時に神経の流れに沿って体の表面に現れるものなのです。

「带状疱疹はうつらないか」とよく聞かれますが、水ぼうそうにかかったことがない人と接触すると、その相手は水ぼうそうにかかりますので注意が必要です。

最初に皮膚の痛みやかゆみが出現し、その後2、3日でその場所に水ぶくれを伴って赤みが3〜5日間出

ます。水ぶくれは順に破れてかさぶたになります。水ぶくれが破れると細菌がつきやすくなりますので、患部を清潔にするなどの注意が必要です。正常な皮膚に戻るまでには2〜4週間程度かかります。

高齢の方は、带状疱疹が出た部位にある程度の痛みが残る場合があります。これを带状疱疹後神経痛と言います。

痛みがないうちでも、感覚が過敏になったり、逆に鈍くなる場合もあります。痛みが続いてつらい場合には、痛み止めや神経の興奮を抑える薬などを使用すると効果があることが多いです。まれにですが、重症な肺炎や脳症などの合併症を起すこともあります。

基本的には休養を取り、体力の回復に努めると改善します。抗ウイルス薬を使うと皮膚や痛みの治療（ちゆ）を早め、合併症を抑え

る効果があります。

水ぼうそうには予防接種があります。带状疱疹、带状疱疹後神経痛の発症をある程度予防できるといわれます。冬の終わりごろから春先にかけて流行することが多いので、まだかかっていない人は早めに予防接種を受けることをお勧めします。現在は任意接種で自費扱いですが、子どもは今年10月から定期接種になる見込みです。



古川倫也 川口町立診療所副所長

札幌市生まれ、40歳。2001（平成13）年旭川医科大学医学部卒。2005（同17）年北海道家庭医療学センター家庭医療専門医研修了。日本医師会認定スポーツ医、同会認定産業医。

貸し出し図書・ビデオ紹介 文化交流館 ☎82-4245

★本、DVDの蔵書リクエストをお受けしています★

1人5冊まで14日間、ビデオは1人2本まで4日間

貸し出し検索 ☎ <http://www.lib-finder2.net/higashikawa/servlet/Index>

図書館戦争 (DVD、映画) KADOKAWA



正化31年、日本では「メディア良化法」により公序良俗を乱す表現を取り締まるため、武力もいとわぬ検閲が正当化されるようになった。その検閲に対抗すべく生まれたのが図書

隊だ。笠原郁は鬼教官・堂上の厳しい指導のおかげで女性初の図書隊エリート、図書特殊部隊に配属される。そんな中、メディア良化委員会と図書隊との間で大きな戦いの火ぶたが切られて落とされた。(128分)

金の月のマヤ1 (児童書)

著：田森庸介 刊：偕成社



黄昏小学校に通う4年生のマヤは、ある朝奇妙な黒猫に会い、突如人間の世界と対をなす影の世界〈シャドウイン〉に送られる。そこは、すべての現象が精霊〈エルマ〉

により成り立ち、エルマ使い〈エルマニオ〉が魔法をあやつる世界。マヤに託された使命とは、悪の精霊である〈闇のエルマ〉の力を鎮め、〈シャドウイン〉を破滅の危機から救うことだった。

子どもをひとり暮らしさせる!親の本

(一般書)編：主婦の友社 刊：主婦の友社



春は巣立ちの季節。大学進学での一人暮らしの準備は、ほとんどの場合2月から3月にかけて集中的になります。一人暮らしを始めるわが子の巣立ちに向けて、親のや

ること、しなくてもいいことを具体的に紹介します。仕送りの額はいくらが適正? 引越しの手続きって何をすればいい? など、専門家のアドバイスや経験した親の声も掲載。