



富山赤十字病院 健診部



# かがやき



人間ドック健診施設機能評価  
認定施設 認定第178号

第30号

## 加齢とともにかかりやすくなる帯状疱疹の予防 ～帯状疱疹ワクチン～

健診部長 仙田 聡子

### 帯状疱疹とは

帯状疱疹は「水痘・帯状疱疹ウイルス」による特有の発疹と痛みが出現する病気です。発症率は50歳以上で増加し、80歳までに約3人に1人がかかるといわれています。

このウイルスに初感染すると水ぼうそうになり、その後ウイルスは神経節に潜伏します。体の免疫力によってウイルスの活動は抑えられますが、加齢・疲労・ストレスなど免疫力の低下によってウイルスが再活動・増殖すると帯状疱疹を発症します。日本人の9割は水痘・帯状疱疹ウイルスを持っていると考えられており、明らかな水ぼうそうになったことがなくても帯状疱疹になる可能性があります。



### 帯状疱疹の症状

帯状疱疹は、皮膚の違和感・痛み・かゆみ・しびれの後に、水ぶくれを伴う赤い発疹が帯状に出現し、強い痛みが3-4週間ほど続きます。痛みによって日常生活に支障をきたしたり、頭痛や発熱、重症になると失明・顔面麻痺・めまい難聴を引き起こすことがあり、発疹が消えた後も約2割の方が長い間痛みが続く帯状疱疹後神経痛に移行するといわれています。

### 帯状疱疹の治療法・予防法

帯状疱疹になったら抗ウイルス薬による早期(発疹がでてから3日以内)の治療が大切ですが、帯状疱疹は繰り返すこともあり、帯状疱疹にならない予防が大切です。

疲労やストレスを避け、食事睡眠運動などで免疫を低下させないとともに、ワクチンで予防する方法もあります。現在使用できるワクチンは2種類あり、自費診療となります(一部、助成を受けられる市町村もあります)。ワクチンは帯状疱疹を100%防ぐものではありませんが、発症しても軽くてすみます。50歳をすぎたら帯状疱疹対策を検討してみてもいいでしょうか。



# 予防に使用できる2種類のワクチンの特徴



薬剤師 奥野 真里絵

带状疱疹はワクチンを接種することで、発症予防、重症化予防が期待できるとされています。現在使用できるワクチンは2種類あります。下記を参考に、皆さんの希望にあったワクチンを検討してみてください。詳しくは医師にご相談ください。

	乾燥弱毒生水痘ワクチン「ビケン」	シングリックス®筋注用
種類	生ワクチン※1	不活化ワクチン※2
対象	50歳以上の者	50歳以上の者 罹患リスクの高い18歳以上の者
スケジュール	皮下投与1回	筋肉内投与2回 (通常2ヶ月の間隔をおく)
予防率	50-60歳代：約50% 70歳代：約85%	50-60歳代：97.2% 70歳代：89.3%
持続	5年間（類薬のデータ）	10年間以上
接種できない方	妊婦、免疫抑制をきたしている方	
副反応	局所症状:50.6% 全身症状:3.9%	局所症状：80% 全身症状：64.8%
接種費用	7,000円～10,000円程度	40,000円～60,000円程度 (2回接種の合計)
神経痛発症のリスク減少率	60歳以上：66.5%（類薬のデータ）	50歳以上：100% 70歳以上：85.5%

※1 生ワクチン:細菌やウイルスの病原性を弱めたものから作られているワクチン

※2 不活化ワクチン:細菌やウイルスの感染力をなくしたのものや、細菌やウイルスを構成する成分の一部から作られているワクチン

- ・予防効果が長く続いてほしい方はシングリックス筋注用がよいでしょう。
- ・妊娠している方や免疫機能が低下している方はシングリックス筋注用を接種してください。
- ・費用や副反応が気になる方は乾燥弱毒生水痘ワクチンがよいでしょう。

## 予防接種の注意点



看護師 沢田 悦子

## 带状疱疹ワクチン「シングリックス」の注射部位

注射部位は、利き腕とは反対側の上腕三角筋に筋肉内注射をします。これは、頻度の高い副反応として、注射部位の痛み(筋肉痛)や腫れ、赤みなどが報告されているため、利き腕での注射を避けます。

## シングリックス筋注用を接種した当日の過ごし方

接種当日は激しい運動を避け、接種部位を清潔に保つように心がけてください。入浴は普段通りで差し支えありませんが、接種部位を強くこすらないように注意してください。