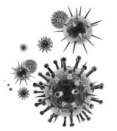


# 病氣対処術 《带状疱疹編》

带状疱疹とは、水疱瘡（水痘）带状疱疹ウイルスによって引き起こされます。ただし、初めてこのウイルスに感染した時は、水疱瘡として発症します。一般的に子どもの頃に、風邪症状に皮膚が赤くなる紅斑から始まり、水ぶくれ（水疱）、膿の水ぶくれ（膿疱）を経て、かさぶた（痂皮）化して治まります。

## 増加傾向にある带状疱疹

小児の水痘ワクチンが定期接種になってから、小児の発症数は減りましたが、周囲の大人が带状疱疹ウイルスに曝露する機会が減り、このウイルスに対する免疫が再活性化せず、成人の带状疱疹の発症者が増加傾向にあるといわれています。成人や妊婦では、強い症状や胎児への悪影響を起こすため注意が必要です。

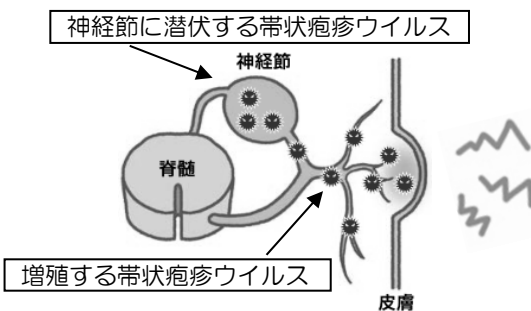


## 水疱瘡のウイルスが体内に潜伏する

子どもの水疱瘡は一週間程度で治りますが、治癒後もこのウイルスは体内の知覚神経節に潜伏しています。その後、加齢やストレス、過労などが原因となってウイルスに対する免疫力が低下すると、神経節に潜伏していたウイルスが再活性化し、神経を伝わり皮膚に到達して、痛みを伴う赤い発疹を生じます。

## ピリピリ痛みと赤い発疹、そして水疱

一般に、数日〜一〇日間ほど神経痛のような痛みがあり、その後、身体の左右どちらか一方の神経に沿って带状に赤い発疹が出現しま



す。赤い発疹に続き、中央部がくぼんだ特徴的な水ぶくれが出現します。皮膚と神経の両方でウイルスが増殖して炎症を起すため、皮膚の症状に加えて強い痛みを生じます。胸背部や腕、腹部、腰臀部、太腿などに出ることが多いです。

## 目や耳の症状や尿閉を生じることも

顔面に起こる带状疱疹では、三叉神経が通る頬や顎、額に痛みや発疹が生じます。角膜炎などを引き起こし、目の痛みや充血を発症する場合もあります。また、耳鳴りや難聴、めまい、顔面神経麻痺などが出現することもあります。さらに、腰仙部や下腹部に発症すると、尿が出にくくなったり、便秘になったりすることもあります。

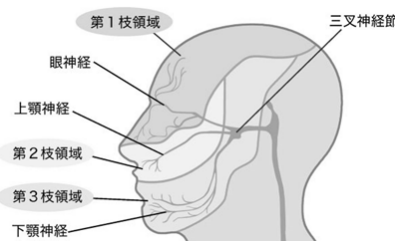
## 厄介な後遺症Ⅱ 带状疱疹後神経痛

带状疱疹後神経痛は、水疱などの皮疹が治った後に続く痛みで、最も頻度が高い带状疱疹の後遺症です。神経細胞は、皮膚や筋肉の細胞と違い再生能力が低く、ウイルスによって傷つけられた神経は、傷が深いと修復されません。傷を負った神経は、刺激に対して過敏に反応するようになり、僅かな刺激でも痛みを感じるようになりま

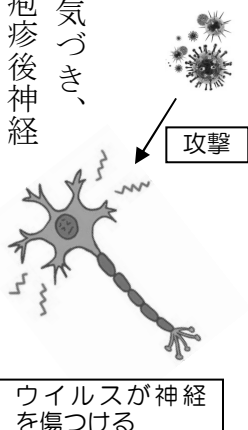
## 早期発見で神経細胞を守る

带状疱疹の症状にできるだけ早く気づき、早期から治療を開始することが带状疱疹後神経

三叉神経の支配領域



半身に痛みと赤い発疹



痛の出現予防につながります。腰痛だと思つて湿布を貼り、皮疹が出てきたのに、湿布のかぶれだと思ひ込んでいた例もあります。原因不明の片側の痛みが出たときは带状疱疹の可能性を疑い、皮疹を見つけたらすぐに皮膚科を受診しましょう。抗ウイルス薬によつて、带状疱疹ウイルスの増殖を早期に抑えて、神経がウイルスに食い荒らされて深い傷を負うことを回避しましょう。

### ワクチン接種もある



二〇一六年から五〇歳以上を対象に带状疱疹ワクチンを接種できるようにになりました。水疱瘡の経験がある方は、すでに带状疱疹ウイルスへの免疫がありますが、加齢によつて弱まります。そのためワクチン接種を行なうことで免疫を強化し、带状疱疹を予防することが可能になります。予防接種で完全に防げるわけではありませんが、带状疱疹を発症しても軽い症状で済むといわれています。

### 漢方薬でウイルスの攻撃から神経を守る

带状疱疹に対する抗ウイルス薬や鎮痛薬だけでは、皮疹そのものを治す効果や、傷ついた神経を修復する作用が弱いといわれています。そこで漢方薬を併用することがお勧めです。岩手医科大学皮膚科学教室の研究で、漢方薬の越婢加朮湯を抗ウイルス薬と併用することで、带状疱疹後神経痛への移行を抑える可能性が報告されています。越婢加朮湯は、消炎鎮痛作用や抗ウイルス作用、免疫賦活化作用などがあり、带状疱疹後神経痛を予防する効果があると考えられます。

### 鍼灸あん摩マッサージで痛みの悪循環を断つ



带状疱疹後神経痛による慢性的な痛みは、身体を硬く緊張させて、筋肉や血管を収縮させ血行を滞らせて、さらに身体を凝り固まった

状態にするという悪循環に陥らせます。自律神経は交感神経の優位な状態となり、精神的にも緊張状態に陥り、不眠やイライラ感、抑うつ感などが生じやすくなります。鍼灸あん摩マッサージ療法では、自律神経の働きを調整して、筋緊張を緩和し血行を促進して、ウイルスで荒らされた皮膚や神経へ、新鮮な酸素と栄養分を十分に供給して、修復を促進させ痛みを緩和していきます。

### 後遺症の痛みと上手に付き合っていく



带状疱疹後神経痛の痛みを完全に取り除くことは困難ですが、病院での治療に漢方薬と鍼灸治療などを併用することで、辛い症状を少しでも和らげて、生活の質を高めていきましょう。さらに生活習慣を工夫して痛みと上手に付き合っていくことも大切です。無理のない範囲で、趣味や好きなことに没頭する時間を取ったり、外出したりして痛み以外のことに注意を向けるように心掛けましょう。過労やストレスで免疫力が低下すると、潜伏している带状疱疹ウイルスが再活性化し、带状疱疹が再発することがあります。免疫力を維持するために、食事にも注意して胃腸の働きを良い状態に整えておきましょう。腸は免疫機能と深い関係があります。

### 漢方薬

**清上蠲痛湯(せいじょうけんつうとう)：顔面の痛みに！**



当帰 トウキ

細辛と白芷が带状疱疹後の三叉神経痛や顔の強張りを、菊花と蔓荊子が目の痛みを緩和します。当帰と川芎が血行を促進して患部の再生を促します。

**続命湯(ぞくめいとう)：神経痛やしびれに！**



麻黄 マオウ

越婢加朮湯と同成分である麻黄と石膏が消炎鎮痛し、さらに人参と当帰で神経の再生を促します。