50歳を迎えたら帯状疱疹の予防　ワクチン「ビケン」の接種を！

帯状疱疹の治療と予防

たいじょうほうしん

抗ウイルス薬は皮膚症状の発症後、3日以内に投与を受けるのが基本！

取材協力　蒲原毅准教授・横浜市立大学附属市民総合医療センター皮膚科

取材・文／松沢 実・医療ジャーナリスト

ハイヒール・モモコさんも帯状疱疹を発症！

「ピリピリと痛い」

「痛みを伴いながら、身体の左右どちらかの皮膚に小さな赤いブツブツとした盛り上がり＝発疹があらわれた」

「発疹に水ぶくれ（水疱）が生じ、赤い発疹と水疱などの疱疹が帯状にできた」

こんな症状が生じたら帯状疱疹という病気かもしれません。

昨年の10月末、お笑いタレントのハイヒール・モモコさん（54歳）も、帯状疱疹を発症したそうです。

「顔面の左半分＝耳から頬、口許にかけてひどく痛み、赤い発疹と水疱などが生じ、満足に食事も摂れず激痩せした」

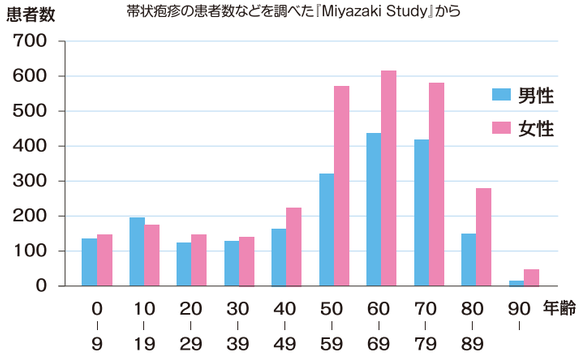
と自らのSNSで発信しています。

「帯状疱疹は50歳の大台を越えると発症する人が急増します。80歳までに3人に1人が発病する身近な病気です。適切な治療を受けずにいると、痛みで何年も苦しむことになりかねません」

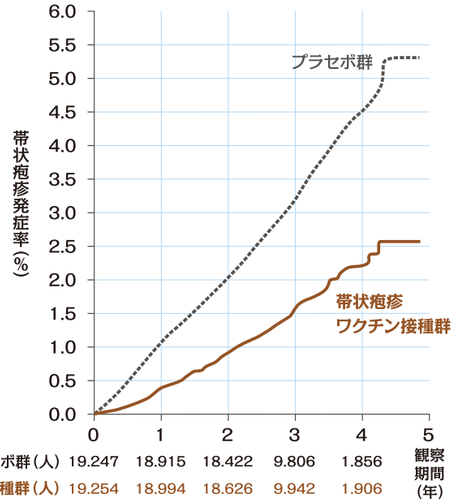
こう警鐘を乱打するのは、帯状疱疹や帯状疱疹後神経痛の治療で優れた実績をあげている横浜市立大学附属市民総合医療センターの蒲原毅部長（准教授）です。

宮崎県の帯状疱疹患者数

宮崎県で1997～2011年までの15年間、帯状疱疹の患者数などを調べた『Miyazaki Study』から



帯状疱疹ワクチン「ビケン」の予防効果を調べる米国の比較試験



プラセボ群（人）	19.247	18.915	18.422	9.806	1.856
帯状疱疹ワクチン接種群（人）	19.254	18.994	18.626	9.942	1.906

痛みとともに赤い発疹などの皮膚症状が出たら帯状疱疹かも・・・

帯状疱疹が厄介なのは、当初の痛みだけではなかなか診断―病名がつけられないことです。モモコさんもそうでした。

顔の左半分に痛みを覚えて病院を受診したのは10月31日。しかし、そのとき病名はわからずじまい。翌11月1日、こんどは歯医者を受診し、

「歯茎が腫れているから痛み止めの薬を飲んでね」

と処方されたものの、効き目はなし。11月5日に再び病院を受診し、1週間以上経ってようやく帯状疱疹と診断されたのです。

「帯状疱疹は、当初の痛みだけでは正しく診断するのが難しい病気です。しかし、痛みとともに、小さな赤い発疹などの皮膚症状が身体の左右どちらかに出てきたときは帯状疱疹を疑い、すみやかに皮膚科などを受診してください」

詳しく後述しますが、実は赤い発疹などの皮膚症状が出てから3日（72時間）以内に抗ウイルス薬の投与を受ければ、症状も軽く、治るのも早いと報告されているからです。

水痘・帯状疱疹ウイルスが原因末梢神経の神経節に潜伏感染！

帯状疱疹という病気は、水痘・帯状疱疹ウイルスによって引き起こされます。水痘とは子どもの病気として知られる水ぼうそうのことです。

「水ぼうそうと帯状疱疹を発症させるウイルスなので水痘・帯状疱疹ウイルスといいます」（蒲原准教授、以下同）

子どもが水痘・帯状疱疹ウイルスに感染し、水ぼうそう（水痘）になると、発熱や喉の痛み、全身のだるさなどが生じます。身体の至るところに赤い発疹があらわれ、発疹が水疱となり、水疱がかさぶたとなって通常1～2週間で自然に治ります。

「水ぼうそうが治るのは子どもの身体に水痘・帯状疱疹ウイルスを駆逐し、抑えこむシステム＝免疫がつくられるからです」

ただし、水ぼうそうが治っても、子どもの身体からウイルスのすべて

が駆逐―排除されるというわけでありません。

「免疫によって追われたウイルスの一部は末梢神経を伝って、その根元の神経節というところに逃げこみます。そしてあたかも冬眠するかのように、何十年にもわたって長期に神経節に棲みつづけるのです」

これを潜伏感染と呼びます。

炎症による神経の変性から神経障害性疼痛も引き起こす

しかし、水痘・帯状疱疹ウイルスは免疫によってしっかりと抑えこまれながらも、虎視眈々と再び暴れ出す機会をうかがっています。

「老化による体力・抵抗力の低下をはじめ、疲労やストレス、糖尿病やがんなどの発病など、そんなちょっとした間隙を突いてウイルスは再び暴れ出すのです」

再活性化したウイルスは末梢神経の根元の神経節から出撃し、神経の走行に沿いながら体表に向かって移動していきます。

「移動しながらウイルスはその数を増殖させ、神経細胞とその周辺の細胞を傷つけ、炎症から痛みを引き起こします」

ウイルスは数日で次から次に体表に到達し、皮膚に赤い発疹や水疱などの疱疹をつくりだします。そして体表を覆う神経の走行に沿って広がるため帯状の疱疹が生じるのです。

「厄介なのは、痛みが炎症から生じる『侵害受容性疼痛』だけではないことです。炎症で傷つけられた神経と神経細胞はやがて変性―障害を被り、そのことが原因で新たな痛み＝『神経障害性疼痛』を引き起こすのです」

帯状疱疹による神経障害性疼痛は厄介なことに、一度生じるとなかなか治りません。痛みはいつまでも長期にわたってつづきます。これは「帯状疱疹後神経痛」と呼ばれます。

「帯状疱疹後神経痛の痛みはうずくような痛みだったり、針を刺したような痛みだったりします。痛みの程度もさまざまで、痛みの強さも日によって異なることもあります」

帯状疱疹後神経痛の痛みは、帯状疱疹の痛みと合わせて帯状疱疹関連痛といいます。

ちなみに帯状疱疹は治療を受けなくても20日前後で治ることもあります。しかし、中には先の帯状疱疹後神経痛など重大な後遺症を残すこともあるので、すみやかに適切な治療を受ける必要があるのです。

1日1回の服用で済む新たな抗ウイルス薬「アメナリーフ」

帯状疱疹は主に薬で治療します。

「まず使用する薬は抗ウイルス薬です。抗ウイルス薬はウイルスを死滅させるわけではなく、ウイルスの合成―増殖を抑えることで症状を軽減させます」

抗ウイルス薬は発疹などの皮膚症状が発症してから3日以内に使用するのがベストと先述しました。その理由は皮膚症状の発症後、4日以上経つとウイルスが増えすぎてしまい、治療効果が得られにくいからです。

「抗ウイルス薬には『ゾラビックス』（一般名アシクロビル）や『バルトレックス』（同バラシクロビル）、『ファムビル』（同ファムシクロビル）があります。最近は1日1回の服用で済む新たな抗ウイルス薬『アメナリーフ』（同アメナメビル）も積極的に処方されています」

炎症による侵害受容性疼痛にはカロナール（同アセトアミノフェン）が優れた鎮痛効果を発揮します。副作用が少ない安全性の高い薬で、高齢者でも安心して服用できます。

「『カロナール』で痛みが十分に抑えられないときは、弱オピオイドの『トラマール』（同トラマドール塩酸塩）や『カロナール』と『トラマール』の合剤＝『トラムセット』などを使います」

強力な鎮痛効果が新たに認められた抗てんかん薬や抗うつ薬

帯状疱疹後神経痛には抗てんかん薬の「リリカ」（同プレガバリン）や今年の2月に発売された新薬『タリージェ』（同ミロガバリン）が効果的です。ほかに抗うつ薬の『サインバルタ』（同デュロキセチン塩酸塩）や「ノリトレン」（同ノリトリプチリン塩酸塩）も使用します。

「抗てんかん薬や抗うつ薬を使用するというと、ちょっと驚かれるかもしれません。もともとはてんかんやうつ病の薬なのですが、新たに痛みを抑える強力な鎮痛効果が認められたことから、帯状疱疹後神経痛に用いられるようになったのです」

蒲原 毅（かんばら・たけし）**皮膚科部長（准教授）**

1995年3月横浜市立大学医学部卒業後、同大医学部附属病院臨床研修医。97年4月同大医学部皮膚科学教室入局。98年4月国立相模原病院皮膚科医員、2001年10月横浜市立大学医学部附属病院皮膚科助手、07年4月同大附属市民総合医療センター皮膚科助教、08年から現職。日本皮膚科学会東京支部代議員、日本アレルギー学会代議員、日本皮膚免疫アレルギー学会評議員、神奈川乾癬治療研究会理事、神奈川乾癬患者友の会相談医などを務める。患者サイドに立った懇切丁寧な説明と指導で、患者とその家族から厚い信頼を寄せられている。

横浜市立大学附属市民総合医療センター
https://www.yokohama-cu.ac.jp/urahp/
〒232-0024 神奈川県横浜市南区浦舟町4-57　電話 045-261-5656

「リリカ」や「タリージェ」は神経の変性―障害から生じた神経細胞の興奮を抑えることで痛みを和らげます。副作用としてめまいや眠気、ふらつきなどが生じることもあります。

「『サインバルタ』や『ノリトレン』などは脳内の神経伝達物質を増やし、痛みの刺激を緩和させる働きがあります。加えてもともと抗うつ薬なので、帯状疱疹後神経痛で落ちこんだ気分を和らげ、痛みの軽減にも役立ちます」

ほかに「ノイロトロピン」（同ワクシニア接種家兎炎症皮膚抽出液）などの血流改善薬も痛みを和らげてくれます。普段の生活では、入浴や温泉につかるなどして血の巡りをよくすることが役立ちます。

帯状疱疹の発症率を51%も減少させた予防ワクチン「ビケン」

もっとも重要なのは帯状疱疹を発病させないことです。そのために考え出されたのが帯状疱疹の予防ワクチンです。

「現在、高齢者を対象とした帯状疱疹の予防ワクチンとして認可―承認、発売されているのが乾燥弱毒生水痘ワクチン『ビケン』です」

2005年に米国で、60歳以上の高齢者約3万8000人を2つのグループに分け、「ビケン」の予防効果を確かめる比較試験（7頁図表参照）が行われました。

「一方のグループの高齢者に『ビケン』を接種し、もう一方のグループの高齢者に偽の薬（偽薬＝プラセボ）を注射したところ、後者のプラセボ群の高齢者は1年間に1000人あたり11・12人が帯状疱疹を発症したのに、前者の『ビケン』接種群の高齢者は1000人あたり、わずか5・42人しか発症しなかったのです。発症率は約半分、51%も減少したのです」

加えて帯状疱疹後神経痛についても、後者のプラセボ群高齢者は1年間に1000人あたり1・38人が発症したのに、前者の「ビケン」接種群の高齢者は1000人あたり0・64人にすぎませんでした。帯状疱疹後神経痛の発症率を66%も減少させたのです。

「50歳を迎えたら男女を問わず、ぜひ帯状疱疹の予防接種を受けてください。『ビケン』の予防効果は約5年持続するといわれ、費用は7000～8000円です。少し値段が高いのは、いまのところ『ビケン』の接種に健康保険が適用されず全額自己負担となるからです」

健康のありがたさは病気になってみないとわかりません。「たかが帯状疱疹…」とあなどらず、ぜひ帯状疱疹の予防ワクチン「ビケン」の接種を受けていただきたいと思います。

●新薬アメナリーフ

●新薬タリージェ

●乾燥弱毒生水痘ワクチン「ビケン」