

# ヘルシーナの 健康応援 ナビ

健康課  
市役所内  
☎23-3515  
あつみライフランド  
☎33-0386



帯状疱疹を予防しましょう

帯状疱疹は、50〜80歳代で多く、80歳までに約3人に1人が発症すると言われています。治療が遅れると、治った後も数年にわたって痛みが改善されない合併症にかかることがあります。特に高齢者はリスクが高く、合併症を防ぐためにも、早期治療が大切です。

## ◆帯状疱疹とは

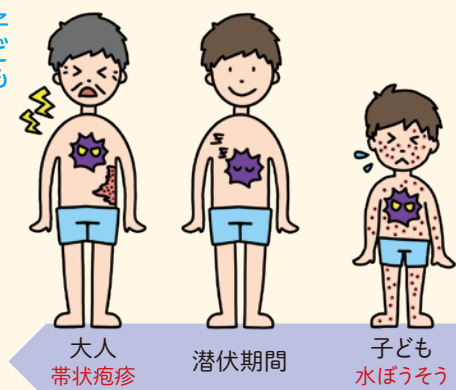
身体の左右どちらか一方に、ピリピリと刺すような痛みと、これに続いて赤い斑点と小さな水ぶくれが帯状に現れる病気です。



## ◆水ぼうそう(水痘)と帯状疱疹

子どもの頃に感染した水ぼうそう

は、水痘・帯状疱疹ウイルスが原因で起こります。水ぼうそうにかかったことがある人は、誰でも帯状疱疹になる可能性があります。



**子ども**  
初めて水痘・帯状疱疹ウイルスに感染した時は、水ぼうそうとして発症します。

## 潜伏期間

水ぼうそうが治った後も、ウイルスは体内に潜んでいます。

## 大人

加齢や過労、ストレスなどで免疫力が低下すると、再びウイルスが活性を始め、帯状疱疹を発症します。

## ◆帯状疱疹後神経痛

皮膚の症状が治ると痛みも消えます

が、その後もピリピリするような痛みが続くことがあります。これを「帯状疱疹後神経痛」といい、数年にわたって痛みが改善されないこともあります。

## ◆その他の合併症

帯状疱疹にかかると、次のような合併症を引き起こすことがあります。

- ・発熱、頭痛
- ・角膜炎、結膜炎、ぶどう膜炎
- ・耳鳴り、難聴、顔面神経麻痺

## ◆帯状疱疹にかかったら

抗ウイルス薬などで治療が行われます。発症後早期に治療を開始することで、症状を軽くし、合併症や後遺症である「帯状疱疹後神経痛」のリスクを減らすことができます。症状を自覚したら、早めの受診が大切です。

## ◆帯状疱疹の予防方法

### 【体調管理】

帯状疱疹は免疫力が低下することで発症しやすくなるため、予防には日頃の体調管理が大切です。

・バランスのよい食事



- ・適度な運動
- ・質のよい睡眠
- ・規則正しい生活

### 【予防接種】

帯状疱疹の予防には、50歳以上を対象としたワクチンがあります。ワクチンを接種することで発症率を抑えたり、発症時に重症化しにくくなると言われています。

## ◆定期予防接種

定期予防接種の対象になるのは、生涯に1回だけです。対象の方には、6月末に通知を送っています。希望される方は、早めに接種しましょう。

**対象**：65・70・75・80・85・90・95・100歳以上(令和8年3月31日時点)  
**接種期間**：3月31日まで

## ◆予防接種費用助成事業(任意接種)

満50歳以上で、定期予防接種の対象ではない方は、接種費用の一部助成事業をご利用いただけます。

### 助成期間

※「定期予防接種」や「予防接種費用助成事業」を利用して組換えワクチンを2回接種する場合は、1回目を1月末までに接種する必要があります。

があります。

