

# 健康だより

## 带状疱疹にご用心！！

～ 2025 年 4 月からワクチンの定期接種が始まりました～

### Q 带状疱疹はどんな病気？

水ぼうそう（水痘）にかかった後、体内の神経節に潜伏した水痘带状疱疹ウイルスが免疫の低下とともに再活性化し、神経に沿って、痛みを伴う水疱（水ぶくれ）が現れる皮膚の病気です。合併症の一つに、水泡が治ったあとも数か月から数年、強い痛みが残ることがあり、日常生活に支障をきたすこともあります。通常は生涯に一度しか発症しませんが、免疫低下などでまれに再発することがあります。

### Q かかりやすいのはどんな人？

加齢や疲労、免疫抑制状態など、免疫力の落ちている人がかかりやすいです。50 歳以降急激に増え、70 歳代でピークとなり、80 歳までに 3 人に 1 人はかかるといわれています。水痘ワクチンの定期接種開始後は、水痘患者に接する機会がなくなった 10～40 歳代の発症も増えています。



### Q 带状疱疹にかかったらどうしたらいいの？ 予防方法は？

带状疱疹にかかったかなと思ったら、すぐに受診しましょう。治療には抗ヘルペスウイルス薬の内服や点滴があり、発症後、早く治療を開始するほど高い効果が期待できます。予防には、普段からバランスの良い食事や睡眠などの体調管理が大切です。またワクチンを接種することで、带状疱疹の発症に加え、带状疱疹後神経痛の予防が期待できます。

### Q ワクチンにはどんなものがあるの？

生ワクチンと組換えワクチンの 2 種類があります。2025 年 4 月より 65 歳の方へ定期接種が始まりました。5 年間は経過措置として 70～100 歳まで 5 歳刻みの節目年齢で接種の機会があります。詳しく知りたい場合は、お住いの市町村へ問い合わせましょう。

|                      | 生ワクチン（阪大微研）                | 組換えワクチン（GSK 社）          |
|----------------------|----------------------------|-------------------------|
| 接種方法                 | 皮下に接種                      | 筋肉内に接種                  |
| 接種回数と間隔              | 1 回                        | 2 回（原則、2 か月以上の間隔を空ける）   |
| 接種条件                 | 病気や治療によって免疫力の低下している方は接種不可。 | 免疫の状態に関わらず接種可能。         |
| 接種 1 年時点と 5 年時点の予防効果 | 1 年後 6 割程度 / 5 年後 4 割程度    | 1 年後 9 割以上 / 5 年後 9 割程度 |

参考 厚生労働省：厚生労働省「带状疱疹ワクチンについてのリーフレット」  
日本皮膚科学会ガイドライン「带状疱疹診療ガイドライン 2025」  
日本老年医学会雑誌 58 巻 1 号（2021：1）