JR ほすぴたる
第 269 号
2023 年 10 月号
発行責任者
事務部長

帯状疱疹について

【皮膚科　江川貞恵】

帯状疱疹について、最近は、テレビの健康番組や CM で耳にする機会が増えていると思います。

帯状疱疹は、ほとんどの人が幼少時に感染する水ぼうそうのウイルスが原因で発症します。水ぼうそうが治った後、そのウイルスは体内（神経節）に残り、潜伏している状態です。加齢や病気などにより免疫が低下すると、潜伏していたウイルスが再び活動をはじめ（再活性化）帯状疱疹を発症します。50歳代から発症率が高くなり、高齢者に多くみられる病気ですが、過労やストレスが引き金となり若い人に発症することも珍しくありません。

再活性化したウイルスは神経を伝わって皮膚に到達し、神経と皮膚の両方に炎症が起こります。神経の炎症は神経痛として、皮膚の炎症は赤い斑点上の水ぶくれとして現れます。症状は、身体の片側の神経に沿った範囲に生じ、痛み→赤い斑点→水ぶくれの順に現れることが多いですが、同時に気が付くこともあります。**痛みの性状は、腰痛や頭痛のような痛み以外にも、皮膚の違和感や電気が走るようなピリピリ感、やけどをしたような灼熱感なども帯状疱疹の痛みの特徴**になります。神経の損傷が強いと、皮膚の症状が治った後も痛みが続くことがあり、これを**帯状疱疹後神経痛といいます。この場合は、ペインクリニック（痛みを治療する専門の診療所のこと）などでの専門的な治療が必要になることがあります。**

治療の基本は、抗ヘルペスウイルス薬の内服や点滴です。この薬は、ウイルスの増殖を抑えることにより、症状を和らげ、治るまでの期間を短縮します。抗ヘルペスウイルス薬は、出来るだけ早期に開始するほど治療効果があり、さらに後遺症（帯状疱疹後神経痛）を抑えることも期待されます。また、皮膚の炎症を抑える軟膏や必要に応じて消炎鎮痛薬が使われます。

顔面の帯状疱疹では、角膜炎や結膜炎などを起こすことがあります。まれには耳鳴りや難聴、顔面神経麻痺などが生じることがあります。この場合は、眼科や耳鼻咽喉科での治療が必要になります。お腹やお尻のあたりに発症すると、便秘や排尿障害が起こることがあります。

帯状疱疹を予防するワクチンがあります。当科では、従来の生ワクチンに比べて効果が高く、持続期間が長い不活化ワクチンによる予防接種を行っております。これまでは 50 歳以上が対象でしたが、2023 年 6 月 26 日からは発症リスクが高いと考えられる 18 歳以上も対象となりました。ワクチンについては、皮膚科へご相談ください。

11 月 14 日は何の日かご存じですか？

11 月 14 日はインスリンを発見したフレデリック・バンティング博士の誕生日で、国連により「世界糖尿病デー」に認定されています。この日を中心に、世界・日本各地で糖尿病の予防と治療に対する啓発キャンペーンが行われており、世界約 180 カ所の建造物や、宮城県では白石城や仙台放送の鉄塔などがシンボルカラーである青色にライトアップされています。

2021 年 12 月、国際糖尿病連合から世界の糖尿病に関する最新調査が発表され、2021 年における日本の糖尿病人口は 1,100 万人と推定され、世界第 9 位の糖尿病大国となっています。糖尿病とは、血糖値を下げるホルモンであるインスリンの分泌量が減少したり、働きが弱くなったりするため、慢性的に血糖値が高くなる病気です。この状態が長期間に及ぶと、全身の血管に合併症を発症し、ひいては突然死のリスクが上昇します。しかし、血糖コントロールを良好に保つことができれば、健康な人と変わらない生活を送ることができます。

当院には、糖尿病・腎臓専門医、糖尿病療養指導士の医療スタッフからなる糖尿病サポートチームがあり、患者さまだけでなく、そのご家族さまも含めて、多角的に治療をサポートしています。また、糖尿病への正しい理解の普及やサポートが得られるよう活動もしています。糖尿病に関して気になることやお困りのことがありましたら、どうぞお気軽にご来院ください。

【JR 仙台病院　糖尿病サポートチーム】

認定看護師よりお知らせ

10月25日14：00～16：00
認定看護師による公開講座『寄って行こ～座☆』が開催されます。是非お立ち寄りください。

ＪＲ仙台病院『寄って行こ～座☆』
開催日時 2023年 10月 25日 (水) 14：00～16：00
開催場所 ＪＲ仙台病院１階エントランスホール

※当日のプログラム

時間	内容	担当
14：00～14：20	『人生会議』しませんか？	緩和ケア認定看護師
14：20～14：25	休憩(体操①)	リハビリテーション科
14：25～14：45	認知症ふしぎ発見！！	認知症ケア認定看護師
14：45～14：50	休憩(体操②)	リハビリテーション科
14：50～15：10	嚥下について	摂食・嚥下障害看護認定看護師
15：10～15：15	休憩(体操③)	リハビリテーション科
15：15～15：35	感染症って予防はできるの？？	感染管理認定看護師
15：35～16：00	質問コーナー	

・ご受診の帰りなどに是非お立ち寄りください。
・状況や進行によっては、時間が前後する可能性がございます。予めご了承ください。

My Message 2023 開催

【看護部　鈴木すず】

「My Message」とは、JR 東日本グループの社員としてふさわしいマインドの継承および相互啓発を目的として、自らの考えや将来に向けた抱負等をメッセージとして自分の言葉で表現するものです。

今年度のテーマ
「成長を実感した瞬間(とき)―『変革』の中での私の変化点―」

9 月 4 日の東北本部予選大会に当院から看護部　鈴木すずさんが出場し、10 月に開催される東北エリア合同発表会に選出されました。

着任のご挨拶

JR 仙台病院の一員、手術室看護師としていち早く仕事に慣れ、患者さまにとってよりよい看護を提供できるよう頑張ります。不慣れだと思いますが、温かい目で見守っていただければ幸いです。

看護部　手術室
星(ほし)　郁美(いくみ)

出身地：仙台
趣　味：カフェ巡り・散歩
特　技：高校までソフトボール部でした