

皮膚疾患① 帯状疱疹の最新治療

帯状疱疹は、水ぼうそうにかかったことのある人なら誰でも発症のリスクを持つ、とても身近な病気です。発症すると激痛をとまないので、迅速な治療がとても大切です。治療法と痛みへの対処法、日常生活での注意点などをまとめてみました。



監修…浦原毅先生
かんばら・たけし 横浜市立大
学付属市民総合医療センター
皮膚科部長

——帯状疱疹とは？

ウイルスによって発症し、痛みを伴う発疹が帯状に現れます。「水痘・帯状疱疹ウイルス」。水ぼうそうにかかったことのある人なら誰でも保菌しています。

身体の神経のなかで眠っていたウイルスが、免疫が低下したり、精神的なストレスが高まると急に暴れだします。免疫力の落ちる50代以降の方や、リウマチ、

糖尿病の方、ステロイド薬や免疫抑制剤を服用中の方はリスクが高くなります。

——どんな症状が？

帯状疱疹は、早期治療がとても大切です。

まず、発疹が出る前から体の左右のどちらかがピリピリと痛みます（前駆痛）。「重苦しく、ズーンと響く痛み」と表現される方もいます。この前駆痛が1週間ほど続き、その場所に赤く小さな発疹が出現して、痛みが強くなる。激痛のため、ここで帯状疱疹と気がつくことがほとんどです。発疹は、胸や顔の片側に発生することが多く、腹部や手や

足の神経にそって現れることもあります。

——その後の経過は？

発疹は、出現から約7日で水ぶくれとなり、やがてやぶれて潰瘍（かいよう）となります。2週間後にはかさぶたになり始め、3週間後には、かさぶたもはがれ落ちて、治癒します。

しかし、発疹出現から3日以内に治療を始めれば、10日で治ることがほとんどです。重症化（ひどい水ぶくれ、潰瘍など）や後遺症（顔面神経麻痺などの神経症）も防げます。身体の片側に痛みを感じ、その後に発疹が出現した場

合には、発疹から3日以内に皮膚科を受診してください。土日や祝日であっても、救急外来を探して必ず受診することが大切です。

——どのような治療を？

ウイルスを増やさないために「抗ウイルス薬」を服用します。発疹出現から3日以内に服用し、必ず7日間飲み続けます。

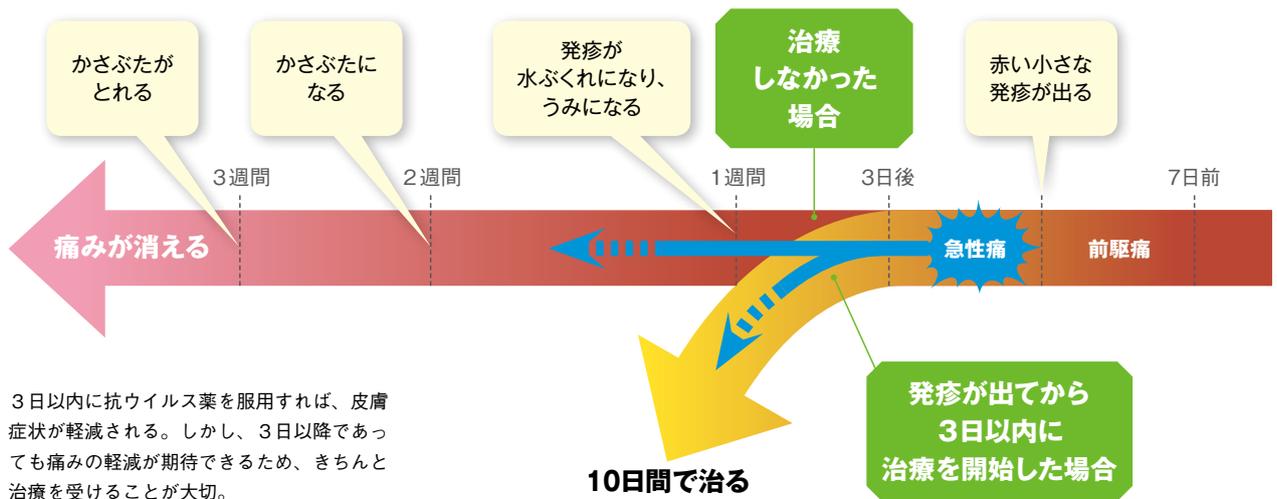
アシクロビルは最もよく使われるお薬ですが、胃腸での吸収効率が悪い（1日5回服用。重症の場合は、静脈注射を使う）。

この点を改善したのがバラシクロビルで、胃腸での消化吸収がいい（1日に3

図1 症状の推移



図2 発疹と痛みの経過（3日以内の治療が大切）



3日以内に抗ウイルス薬を服用すれば、皮膚症状が軽減される。しかし、3日以降であっても痛みの軽減が期待できるため、きちんと治療を受けることが大切。

回服用)。また、ファムシクロビルは作用の持続時間が長く、錠剤も小粒で服用しやすい（1日3回服用）。近年、アメナリーフという新薬も登場しました。薬剤耐性菌にも効果があり、腎機能への負担も少ない点が期待されています。

抗ウイルス薬の服用中は副作用に注意が必要です。とくに腎機能が悪い方だと、脳症を引き起こして、錯乱や幻覚などの症状が現れることもあります。腎機能に不安がある方は、きちんと医師に伝えてください。

——痛みにはどう対処を？

激痛を和らげるには、鎮痛薬を服用します。アセトアミノフェンが最初に処方されることが多い。それでもおさまらないときは、ステロイド薬を使う。それ以上の激痛には、局所麻酔薬や神経ブロック、オピオイドの使用を検討します。

①局所麻酔薬 リドカイン クリームなどの塗り薬で、皮膚の痛みを取り除きます。

②神経ブロック 薬を注射し、痛みを感じる神経の働きを一時的に止めます。

③オピオイド 神経系に作用して、非常に強い鎮痛効果が期待できます。

また、発症から1〜2か月経過しても、痛みが継続する場合があります（帯状疱疹関連痛）。「服が擦れただけでも焼けるような痛み」「針でさされるような痛み」……。これらの帯状疱疹関連痛には、局所麻酔薬、神経ブロック、オピオイド、抗うつ薬、神経に作用する薬（プレガバリン、ガバペンチン等）などの薬が使われます。

——日常生活での注意点はありますか？

発疹があるうちは、水ぼうそうにかかったことのない人との接触は避けてくだ

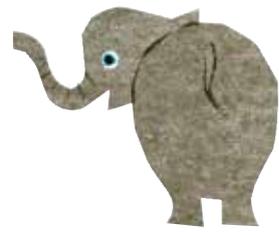
さい。タオルの共有やお風呂にも気をつけて。

ただし、一人であれば、入浴もシャワーも問題ありません。むしろ、体を温めて血行を促進させ、痛みを和らげ、患部を清潔に保つこともできます。

患部は冷やさないように。神経痛の悪化につながります。入浴、カイロ、湯たんぽなどで体を温めましょう。休養を十分にとりリラックスを心がけてください。家に閉じこもっていると、痛みのことばかりに考えてしまうので、外出して気分転換することも大切です。

——予防法はありますか？

50歳以上の方は、発症や重症化の予防に「水痘ワクチン」を接種することができます（自費）。接種後10年〜15年程度の効果が期待できます。希望される方は、かかりつけの医師にご相談ください。



皮膚疾患② 爪白癬の最新治療

白癬菌が足の爪に入ることによって発症する爪白癬。罹患者数は約1200万人。ざっと10人に一人！しかし、この爪白癬は投薬治療をすれば8割が完治します。効果的な治療にはどんなものがあるのか、新薬の情報も含め、清佳浩先生にうかがいました。



監修…清佳浩先生
せい・よしひろ 帝京大学医学部付属溝口病院皮膚科長、常勤客員教授。

爪白癬の治療法

「爪白癬」とは？

白癬菌が足に感染すると「足白癬」、いわゆる水虫です。患者数は約2500万人。白癬菌が足の爪に入り込むと「爪白癬」。つまり爪白癬は爪の水虫です。爪が厚くなる、先端がぼろぼろになる、爪の色が白や黄色に濁る……などが主症状です。

人体に感染する白癬菌は何種類あります。このうち、爪白癬を起こす菌は、大きく2つ。トリコフィトン・ルブルム（以下ルブルム）とトリコフィトン・メ

ム）とトリコフィトン・メ

ンタグロフィテス（以下メ
ンタグロ）。ルブルムが全
体の約7〜8割、メンタグ
ロが2割程度です。

ただし、症状が出たから
といって「100%爪白癬」
とも限りません。1割未満
ですが、カンジダ菌による
感染症の場合もあります。

見分けられますか？

見ただけではわかりませ
ん。足の裏や爪にそれらし
き異常を見つけたら、受診
してください。組織をメス
やハサミで採取し、顕微鏡
で見れば10分ほどで結果が
出ます。

治療はどのように？

爪白癬は飲み薬が効果的
です。白癬菌が爪の表面に
とどまっている初期の状態
なら、足白癬と同様に、塗
り薬の効果もあります。し
かし、患者さんが受診され
るときは、爪が肥厚して色
も濁り、爪先はぼろぼろに
なっていることが多く、こ
のような場合は塗り薬だけ
では完治はしません。

どんな飲み薬がある？

代表的な飲み薬は、イト
リゾール、ラミシールなど
の抗真菌剤です。治療率は
8割程度。ただし、高齢の
方や肝臓疾患がある方は飲

めない場合があります。今

春（2018年）に新薬も
出る予定です。肝機能への
負担も少なく、高齢者にも
飲んでいただける薬で、期
待できます（*1）。

塗り薬は、飲み薬を利用
できない方、まだ症状が軽
い方に使われます。この数
年に新薬が次々に登場して
います（2014年にクレ
ナフィン、2016年にル
コナック）。

ただし、市販薬で爪白癬
の治療に使えるものはない
ません。医師から処方して
もらってください。

図1 症状の推移

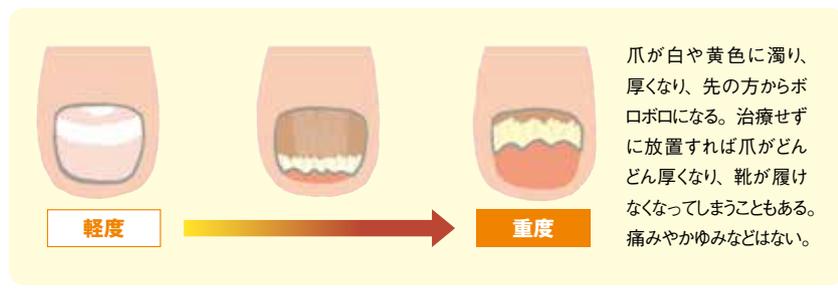
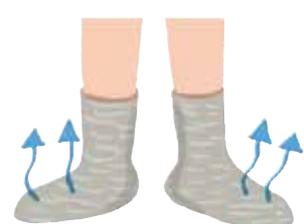


図2 予防と治療中のケア方法

予防方法



1日1回は石鹸を使って足をよく洗う。銭湯やプールに行った後にも、ていねいに足を洗うことが大切。



放湿性にすぐれた麻や毛糸素材の靴下を履くのがおすすめ。



長い時間靴を履きっぱなしにせず、サンダルに履き替えたり、白癬菌がない場所では素足で過ごす。

治療中のケア



足の指の間に8の字状にガーゼを巻きつけることで、蒸れが軽減される。ガーゼの交換は1日1回でOK。

爪白癬を予防しよう

——予防はできる？

白癬菌は生活空間のどこにでもいます。足白癬から爪白癬に移行するリスクも高いので、足白癬も含めて予防することが大事です。

①1日1回石鹸を使って足をよく洗う

足についた白癬菌が皮膚の中に入り込むのに24時間かかるので、1日1回足を洗うことで感染を防げます。蒸れやすい指と指の間もしっかりと洗い、不特定多数が利用する銭湯やプールを利用した場合も、自宅にもどったらすぐに足を洗ってください。

②足が蒸れるような靴や靴下を避ける

たとえば放湿性にすぐれた麻や毛糸素材の靴下がオススメです。

③靴を長い時間履き続けられない

できればサンダルに履き替えたり、白癬菌がない場所では素足で過ごすのが理想的。足が乾燥して、感染のリスクを減らせます。さらに、大事なことを2点つけ加えておきます。家族に足白癬、爪白癬の人がいたら、しっかりと治療してもらおうこと。罹患している人がいたら、家族に伝染する確率は非常に高くなります。

もうひとつは、見た目がきれいになっても、治ったと思いきや、服薬をやめてしまわないことです。分厚い角質の奥にはまだ白癬菌が生存しているので、自己判断で薬をやめてしまうと再発することが多いのです。

——治療中の注意点は？

しっかりと薬で治療すれば治ります。このことを肝に銘じてください。補足ですが、足指の間は最初に白癬菌が入り込みやすい。8の字状にガーゼを巻きつけると、蒸れが軽減されます。ガーゼの交換は1日1回で十分です。

——足指にペディキュアを塗るのは……OKですか？

ペディキュアを塗ること自体には、問題ありません。ただし、爪に色がつくことで爪の異常に気づきにくくはなる。爪白癬の濁った色を隠そうとしてペディキュアを塗ると、結果的に症状が進みやすい。爪に異常を見つけたら、いったんペディキュアを塗るのをやめて、受診してください。

足白癬から爪白癬になり、足白癬は治ったのに爪だけまだ罹患していることもあります。その逆もある。いずれにしても感染したままの部位を残すと繰り返し発症する可能性が高いので、治療を始めたらしっかり完治させたいですね。