



免疫力降低时请注意！“带状疱疹”～早期发现可防止后遗症～

免疫低下時はご注意！「带状疱疹」～早期発見が後遺症を防ぐ～

您知道“带状疱疹”这种病吗？带状疱疹一般是由人们在儿童期发“水痘”时的病毒引发的。这种病毒，即使是在水痘治好後也会一直潜伏于神经内，在因过劳、压力、高龄化等免疫力降低时开始活动。带状疱疹如果治疗延误了的话，就会引起叫做“带状疱疹后神经痛”这样一种非常难受的神经痛，并将长期遭受病痛折磨。

这次，我们将一边介绍归国者 A 先生的病情经历，一边为大家解说带状疱疹这种病症。

①发病

在上日语课时，发现右手的大拇指根处有小米粒大一般的白色小疙瘩。1 分钟左右之后，在那块疙瘩的旁边出现了一个又一个相同的疙瘩，接着又出现了 3 个、4 个，越聚越多。再接着大拇指尖和食指指尖也出现了 3 个、4 个疙瘩。并且一出现就越变越大。右胳膊上同样变大的那些疙瘩开始发红，大到直径为 8 毫米左右。不怎么疼。被日语老师说这是“带状疱疹”。下课后，一摸头的右侧、感觉头皮疼。大约 10 分钟之后，觉得头就像是被人用刀子切了一样疼痛。好像把头撞在墙上那种痛。疼痛不是一直持续着，而是间隔大约 10 秒钟，疼痛就会来袭击一次。右肩有些痒，就使劲挠了一下。

带状疱疹的特征是身体的左侧或是右侧的某一侧带状地出现疱疹。因为在皮肤症状出现之前，在皮肤下面繁殖的病毒已经开始破坏神经了，所以据说感到身体中有针刺一般的疼痛。但是，在 A 先生身上却没有出现这些前兆。

「带状疱疹」という病気を知っていますか？带状疱疹は、たいていの人が子どもの時にかかる「水痘（水疱瘡）」のウイルスが原因です。このウイルスは、水疱瘡が治ったあとも神経の中に潜伏していて、過労やストレス、高齢化などで免疫力が低下した時に、活動を始めます。带状疱疹は治療が遅れると、「带状疱疹後神経痛」という辛い神経痛で長期に苦しむことになります。

今回は、帰国者 A さんの経験を紹介しながら、带状疱疹という病気を解説していきたいと思います。

①発症

日本語の授業を受けていた時、右手の親指の付け根のところに粟粒位の白いプツプツを見つけた。1 分くらい経つと、もう 1 つ、また 1 つとすぐ近くに同じような発疹ができ、それが 3 つか 4 つ集まって大きくなっていった。親指の先や人差し指の先にも 3 つ 4 つとできた。できては大きくなる。右腕には同じように大きくなったものが赤く変わり、直径 8mm ほどになった。痛くはなかった。日本語の先生に「带状疱疹だ」と言われた。授業終了後、頭の右側を撫でたら、頭皮に疼痛を感じた。10 分くらい経過して、頭にナイフで切られるような痛みを感じた。頭を壁にぶつけたような痛さだった。ずっと続くのではなく、10 秒間隔くらいで痛みが襲ってきた。右肩が痒いので思いっきり掻いた。

带状疱疹は身体の左右どちらかに带状に発疹が出るのが特徴です。皮膚症状が出る前から、皮膚の下では増殖したウイルスによって神経の破壊が始まっているため、身体の中でピリピリとした痛みを感じるそうです。しかし、A さんにはそういった前兆はありませんでした。

②到皮肤科看病

红色的疙瘩变成了水泡，好像一不留神就要破。尽量不去抓挠。喝了皮肤科开的消炎药，窜上来的水痘马上就被吸收掉了，看上去好了很多，但是袖口一碰到手，还是会感到疼痛。发病后 10 天过去了，每隔 1 个小时就会被疼醒，持续数日睡不着觉。被医生再三劝说去“神经科”看病，可是觉得“自己又不是精神病”，所以就沒去“神经科”。

对于带状疱疹的治疗，要使用抗病毒药物和镇痛药。抗病毒药物如果不能在水泡出现后 72 小时之内开始服用就没有效果。在中文里，精神病被叫做“神经病”，而在日语里是不这么说的。医生劝 A 先生去“神经科”，是为了让 A 先生能消除难于入睡的疼痛的。

③到神经科看病

忍受不了疼痛的折磨，终于去敲开了神经科的大门。拍了照片和 X 光之后，医生决定了治疗方针，在 A 先生的右肩上扎了针。感觉药物在要进还没进入到体内时，疼痛一下子就消失了。那天晚上，隔了许久终于睡上了一个安稳觉。



A 先生在神经科接受的是一种叫“神经节阻断”的治疗，这是在从身体表面到神经或是神经的附近注射局部麻醉药，阻断疼痛的信号传递到大脑的疗法。

②皮膚科にかかる

赤いぶつぶつは水泡になって今にも破れそうだった。なるべく搔かないようにした。皮膚科で出された消炎剤を飲むと、盛り上がっていた水泡は吸収され一見良くなったように見えたが、袖口が手に触れると痛みを感じた。発症後 10 日が過ぎたが、1 時間ごとに痛みで目が醒め、眠れない日が続いていた。医師に神経科に行くようにと再三勧められたが、「自分は精神病じゃない」と思い、神経科には行かなかった。

带状疱疹の治療には、抗ウイルス薬や鎮痛薬を使います。抗ウイルス薬は水ぶくれが出現してから 72 時間以内に飲み始めないと効果がありません。中国語では精神病のことを「神経病 (shénjīngbīng)」といいますが、日本語ではいいません。医師が A さんに神経科を勧めたのは、A さんの夜も眠れないほどの痛みを取るためでした。

③神経科にかかる

痛みに我慢ができず、神経科の門をたたいた。写真やレントゲンを撮った後、医師が治療の方針を決め、右肩に針を刺した。薬が体内に入るか入らないかのうちに、スーッと痛みが引いていった。その晩は久しぶりにぐっすり眠れた。

A さんが神経科で受けた治療は「神経ブロック」といって、体の表面から神経又はその付近に局所麻酔薬を注射し、痛みの情報が脳へ伝わるのを遮断 (ブロック) するものでした。

④后遗症

之后，A 先生在 4 天后又被疼痛袭击了，只好第二次接受了神经节阻断的治疗。现在，还在通过打点滴和吃药继续接受治疗。疼痛是沒有了，但是觉得和发病之前相比，看东西看得不怎么太清楚了。

④後遺症

その後 A さんは、4 日後に再び痛みに襲われ、2 度めの神経ブロックの治療を受けました。現在は点滴と飲み薬で治療を続けています。痛みはありませんが、発症以前より目が見えにくくなったように感じています。

带状疱疹的后遗症“带状疱疹后遗症”可以用伴随着针扎一般的疼痛和电在体内流动一般的疼痛来形容。疼痛的残留是因为神经本身受到损伤。由于治疗的拖延以及病情加重而造成的后遗症的情况，与带状疱疹的治疗不同，抗抑郁症的药物、神经节阻断的药物、低传输激光、中药等等会被使用。

一旦留下后遗症，几个月到几年里都会一直遭受“带状疱疹”病痛的折磨。过了 50 岁之后，随着人的免疫能力的降低，发病率会急速增高。希望大家以此为契机，从睡眠、营养、工作方式、精神压力等方面着手，重新审视、安排一下自己的生活如何呢？

有与带状疱疹很相似的发病症状，但却是“单纯疱疹”的情形。因为个人难以做出判断，所以还是请一定要到皮肤科就诊，听听医生的诊断吧。

带状疱疹の後遺症である「带状疱疹後遺症」はうずくような痛みとも電気が走ったような痛みとも表現されます。痛みが残るのは神経そのものがダメージを受けているからです。治療の遅れや重症化で後遺症が残った場合、带状疱疹の治療とは違い、抗うつ薬や神経ブロック、低出力レーザー、漢方薬などが使われます。

後遺症が残ると数ヶ月から数年にわたって痛みに苦しむ「带状疱疹」。50代以降になると、免疫力の低下によって急激に発症率が上がるそうです。この機会に睡眠、栄養、働き方、ストレスなど、生活を見直してみてもいいのではないでしょうか。

带状疱疹とよく似た発疹の現れ方をするものに、「単純ヘルペス」があります。自分では判断がつかないので、必ず皮膚科にかかり、診断を仰ぐようにしましょう。(Y)