



2022年4月号

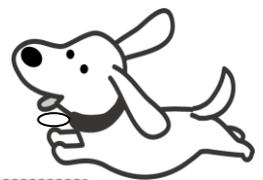
検査室だより

桜がきれいに咲きました。春です。なのに、遠い国では戦争が起こり、東北ではまた大きな地震がありました。心が痛みます。大きな被害はなくてもあの頃が思い出されて辛い思いをされている方も多くいることでしょう。いつもと変わらぬ朝を迎えられることに感謝しつつ、被災地に思いを寄せて毎日を大切に過ごしたいと思います。

「50歳を過ぎたら带状疱疹に注意」というキャッチフレーズをよく見聞きます。多くの方が幼少期に罹った水ぼうそう。そのウイルスが身体の神経節に残り、加齢やストレス、過労などが引き金となって「待ってました！」とばかりに活動を始めます。活性化したウイルスは、潜伏している神経細胞の奥から体内の神経を經由して体表に出てこようとします。そのためまず神経が痛み（神経の炎症）、その後、帯状の赤いぶつぶつ（皮膚の炎症）が見られます。これが带状疱疹です。50歳以上で増加し、80歳までに日本人の約3人に1人が発症するといわれています。数は少ないですが、再発することもあります。また、皮膚症状が治まった後もいつまでも痛みが残る带状疱疹後神経痛（PHN）の後遺症に悩まされる人もいます。どんな病気にも言われていることですが、規則正しく健康的な生活習慣を保ち、ストレスがたまらないようにすることが大切です。そんなことは百も承知です。そこで50歳以上の方を対象としたワクチンがあります。非常に高価で2回接種しなければならないけれど予防効果の高い「シングリックス®」か、お手頃価格で1回の接種ですむけれどそれほど効果が続かない「ビケン」製のワクチンか、の2種類あります。それぞれメリット・デメリットがあります。また、带状疱疹を完全に防ぐものではありません。ドクターに相談しながら一度検討してみてください。



桜のきれいな時期なのに今年もみんなでワイワイとお花見はできそうにありません。思った以上に長く続くコロナ生活です。桜を眺めて心に栄養をおくりましょう。



公衆保健協会 検査室

