

なるほど 健康講座

佐伯地区医師会 佐藤 茂樹先生
佐藤皮ふ科クリニック

問い合わせ 健康福祉総務課 ☎②1610



知って備えよう、**帯状疱疹**は怖くない

◆帯状疱疹とは

帯状疱疹は水痘（水ぼうそう）帯状疱疹ウイルスの再活性化により引き起こされる疾患です。子どもの時に感染した水ぼうそうのウイルスが体内の神経節に隠れていて、加齢、ストレス、疲労などがきっかけで免疫機能が低下すると、ウイルスが再び活性化して、帯状疱疹を発症します。

◆帯状疱疹の症状

通常は神経痛として始まることが多く、最初は身体の片側に起こる肋間神経痛（肋骨に沿って通っている神経の痛み）や頭痛などとして始まることが多く、この時点では診断をするのが困難なことがしばしばみられます。その後、痛みのある部位に、赤い発疹や多数の水疱が出てきます。皮膚と神経の両方でウイルスが増えて炎症が起こるため、強い痛みを伴います。帯状疱疹は症状と経過で診断を確定できる場合が多く、その場合は検査の必要はありません。しかし、非典型的で分かりにくい場合は水疱をこすって検査をすることもあります。



◆帯状疱疹の治療

帯状疱疹になったら抗ウイルス剤、消炎鎮痛剤などによる治療を行います。発症早期に治療を開始するほど効果が高いので、症状を自覚したら早めに受診しましょう。

帯状疱疹の皮膚の症状が治った後も残るさまざまな痛みを、帯状疱疹後神経痛といいます。発症後3カ月を経過した後も痛みが続く場合に帯状疱疹後神経痛とみなされています。痛みが残る頻度はだいたい20%程度です。

◆患者数の推計

日本の疫学調査にもとづいて廿日市市における帯状疱疹の患者数を推計してみました。令和7年4月1日の年齢階級別人口をもとにしています。全人口11万4,976人のうち年間に50歳以上で約640人、65歳以上で約430人が罹患することになります。痛みが残る人は50歳以上で約130人、65歳以上で約100人と予測されます。

◆定期接種化

最近では発症率を下げ重症化を予防するためにワクチンが使われるようになり、令和7年度から65歳になる人を対象に帯状疱疹ワクチンが定期接種化されました。定期接種に関して詳しくは、市のホームページを確認してみてください。

帯状疱疹に対するワクチンの有効率は70歳以上で91.3%、帯状疱疹後神経痛への効果は88.8%となっています。ともに高い有効率が証明され、4年目の追跡調査でも効果は維持されています。接種を悩める人はかかりつけ医などに相談してください。



元気に育てすくすく育て

NEWS
for
KIDS



最新の情報は、市ホームページまたは「はっっこ手帳（母子モ）」を確認するか、問い合わせてください。

母子モのダウンロードはこちら▶



備考欄は①内容②参加費・持ち物③予約方法④問い合わせ先です。

※産前産後サポートセンター、山崎本社 みんなのあいプラザは駐車場が少ないので、来場するときは公共交通機関を利用してください

★育児相談【乳幼児と保護者】

とき	ところ	備考
(1)18日(月) 9時30分～ 10時30分	山崎本社 みんなの あいプラザ	①身長・体重測定、個別相談（保健師または栄養士） ②親子（母子）健康手帳 ③(1)子育て応援室まで電話 ☎⑨188で、または市公式LINEから。 (2)大野支所まで電話 ☎③309で、または市公式LINEから。 ※8月26日(火)まで ④ ③のとおり。
(2)27日(水) 9時30分～ 10時	フジタ スクエア まるくる 大野	④ ③のとおり。

育児相談
LINE予約▶



★身体測定【0歳児と保護者】

とき	ところ	備考
月～土曜日 9時～16時 ※祝・休日 を除く	産前産後 サポート センター	①身長・体重測定、個別相談（保健師または栄養士） ②親子（母子）健康手帳 ④産前産後サポートセンター ☎⑨9252

★離乳食講座【離乳食をこれから始める人やおさらいしたい人】

とき	ところ	備考
28日(休) 10時～ 11時30分	産前産後 サポート センター	①離乳食の基本を栄養士が動画で分かりやすく伝えます。 ③産前産後サポートセンターまで電話 ☎⑨9252で、または市公式LINEから。 ④ ③のとおり。



★マタニティカフェ【妊婦】

とき	ところ	備考
8日(金) 22日(金) 10時～ 11時30分	産前産後 サポート センター	①お母さん同士で、妊娠・出産・育児のことを話しませんか。 ③産前産後サポートセンターまで電話 ☎⑨9252で、または市公式LINEから。 ④ ③のとおり。

★ママカフェ【0歳児とお母さん】

とき	ところ	備考
5日(火) 19日(火) 26日(火) 10時～ 11時30分	産前産後 サポート センター	①楽しくおしゃべりをしてリフレッシュ ③産前産後サポートセンターまで電話 ☎⑨9252で、または市公式LINEから。 ④ ③のとおり。

マタニティカフェ、
ママカフェ、
離乳食講座
LINE予約▶



子宮頸がん（HPV）ワクチン接種の 経過措置があります 子育て応援室 ☎⑨9188

HPV（ヒトパピローマウイルス）とは、子宮頸がんの原因と考えられているウイルスです。次のとおり、経過措置の対象となる人は全3回とも公費で接種することができます。

対象 次の条件を全て満たす人

- ①平成9年4月2日から平成21年4月1日生まれ的女性
- ②令和4年4月1日から令和7年3月31日の間に、HPVワクチンを1回または2回接種した人
- ③接種当日、廿日市市に住民票がある人

経過措置の終了日 令和8年3月31日(火)