



# グレースホームケア クリニック

## 医科新聞～2月号～

医療法人社団 慶育会  
グレースホームケアクリニック横浜  
〒226-0026  
神奈川県横浜市緑区  
長津田町 2258-2

### 【带状疱疹ワクチンについて】

带状疱疹とは、神経に潜んでいた水痘・带状疱疹ウイルスが老化や免疫力の低下によって発症する皮膚疾患です。痛みを伴う赤い発疹や水ぶくれが帯状に出てきます。皮膚症状が現れると、ぴりぴりとさすような痛みになり、夜眠れないようほど激しい痛みがでる場合もあります。また、発症した約2割の方が後遺症として、带状疱疹後神経痛が現れるといわれています。症状や程度は人によって異なりますが、皮膚症状が治った後も焼けるような持続性のある痛みや、軽い接触で痛みが生じ、日常生活や睡眠に支障をきたすこともあります。

带状疱疹は、50歳代から発症率が高くなり、80歳までに3人に1人が発症するといわれています。

そのため、事前にワクチンを接種し、予防をすることがおすすめです。

带状疱疹のワクチンはシングリックスとゾスタバックスの2種類があります。以前は水ぼうそう予防にも使われる水痘ワクチンを使用していましたが、2020年1月に带状疱疹ワクチン「シングリックス」が発売されました。シングリックスは、ゾスタバックスより带状疱疹予防効果が高いため、免疫機能が弱い人に適しています。0.5mLを2回、2ヶ月の間隔で筋肉注射を行うことで、50歳以上の方で約97%、70歳以上の方で約90%の予防効果があります。50歳以上の方には、2回目の接種が2ヶ月を超えた場合で、遅くとも1回目から6ヶ月後までに接種する必要があります。シングリックス2回分の値段は\$310米ドルです。多くの方に注射部位に痛みや腫れがあらわれますが、副反応の多くは3日以内に治まります。シングリックスは6日以上あければ他のワクチンを接種することが可能です。

带状疱疹のワクチンは現在でも市区町村によって助成を受けられる場合もありますが、2025年4月から65歳を主な対象として定期接種化され、費用の一部が公費負担される見通しです。日ごろから十分に休息を取りながら免疫機能の維持を心がけ、免疫機能を低下させる疲労やストレスのない規則正しい生活を送ることで、带状疱疹の予防につなげましょう。

