

带状疱疹後神経痛の新しい治療

带状疱疹（ほうしん）後神経痛は带状疱疹という皮膚の病気が治った後も、痛みだけが残ることをいいます。主な症状は「ズキズキ、ひりひり、電気が走る」ような痛みを感じます。激しい痛みが生活の質を低下させる原因となってしまいます。带状疱疹は、子どものときにかかった水ぼうそうのウイルスが体の中に残っていて、疲れやストレスなどで身体の免疫力が低下したときに、神経を通して皮膚に水疱ができる病気です。

带状疱疹後神経痛は3カ月程度で治まることが多いですが、長く続く人は1～10年以上になることもあります。

治療方法はいわゆる痛み止めや、精神神経薬などの薬の服用や、運動・マッサージなどの理学療法などがあります。最近ではプレガバリンという新しい種類の薬なども使用できるようになりました。薬は痛みがある時だけ服用するのではなく、決められた期間きちんと服用するようにしましょう。特に、痛みがなくなった後も2～3週間ほどは服薬を続けることが重要です。

痛みの予防、改善のためには、体を冷やさず、疲労やストレスをためないことを意識してみてください。例えばゆっくり入浴して体を温める、痛みに過敏になっている箇所が衣服でこすれないようにする、睡眠をしっかりととり、リラックスして過ごす、また適度な運動もおすすめです。

带状疱疹後神経痛は現在も多く新しい薬が研究開発されています。痛みでお困りの際は、まずは専門の医療機関を受診しましょう。

平成28年6月

久米 昭廣