

# ホームドクター

615

## 带状疱疹について



越谷市医師会  
滝口皮フ科  
☎986-4112  
滝口 光次郎

带状疱疹は水痘・带状疱疹ウイルスによって引き起こされる病気です。ウイルスに初めて感染した場合は水痘(水ぼうそう)になります。そのため水痘に感染したことがある人なら誰もが带状疱疹を発症する可能性があり、日本では成人の約9割がこのウイルスを体内に持っていると考えられています。加齢やストレス、疲労などが誘因となり、ウイルスが再活性化されて増殖することで発症すると考えられています。年齢的には50歳を超えると発症率が高くなります。带状疱疹患者の約7割が50歳以上とされています。

带状疱疹の症状は、赤みを伴う水疱が体の片側に帯状に現れます。痛みを伴うことが多

く、皮膚症状が出る3日～5日前から前駆症状で痛みが出るのが約75%あるとされています。注意が必要なのは顔に症状が出た場合で、目の周囲に出た場合は角膜炎などにより視力低下を来したり、耳の周囲に出た場合は難聴やめまいに加えて顔の神経がまひすることもあります。

診断は前述のように、体の片側に帯状に出現する水疱によって判断できます。ただし、典型的な症状が出ないこともあり、診断が難しいこともあります。その場合には、水疱がある場合には抗原検査での診断もできるようになりました。しかしながら、痛みだけで皮膚症状がない場合には神経痛との区別が困難

であり、水疱が出てくるまでは診断が困難です。皮膚症状の出現に注意しながら経過を見る必要があります。

治療は抗ウイルス薬の内服になります。痛みがある場合は鎮痛剤の内服も行います。症状が強い場合には大きな病院で入院して点滴で治療することもあります。診断がついたら早めに抗ウイルス薬の治療を始めることが重要です。

後遺症としては带状疱疹後神経痛が有名です。皮膚症状が落ち着いてからも痛みが数カ月～数年持続することがあり、50歳以上の患者の約2割が带状疱疹後神経痛に移行するとされています。そのため予防は重要であり、ストレスを避けたりすることも大事ですが、50歳以上であればワクチンの接種も可能です(保険外診療)。現在、带状疱疹に対するワクチンは2種類あり、期待できる効果や費用、接種のしかたも違います。ご希望の方は近隣の医療機関で相談してみましょう。

いきいき館 越谷市民プール 開館時間9:00～21:30 ☎992-6602 増林3-2-2

休館日 2月6日(月)・13日(月)・20日(月)・27日(月)・3月6日(月)

**温水プール**  
使用時間 第1部…9:30～12:00 第2部…13:00～15:30  
第3部…16:00～18:30 第4部…19:00～21:30  
\*温水プールの遊泳時間は各部終了時間の15分前まで  
\*使用の際は水泳帽の着用が必要です  
\*3歳未満の方は使用できません  
\*保護者1人につき、3歳～就学前のお子さんの同伴2人まで可  
\*年齢を問わず、排せつが自立していない方は使用できません  
\*各部開始から1時間後に10分間の休憩があります

**トレーニングルーム**  
使用時間 9:30～21:15(更衣室の使用は21:30まで)  
\*初めての方は初回講習会(予約制)の受講が必要です。電話または直接市民プールへ申し込み。初回講習会は開館日の14:00から、19:00から各回定員5人  
\*高校生以上の方から使用できます

**温水プール・トレーニングルーム共通事項**  
使用上の注意 混雑時には入場制限をすることがあります  
使用料金 下表のとおり

	一般	小・中学生	60歳以上	一般障がい者	小・中学生障がい者
越谷市・草加市・八潮市・三郷市・吉川市・松伏町に在住・在勤・在学の方(*)	400円	300円	200円	200円	150円
上記以外の方	520円	390円	260円	260円	190円

\*(\*)越谷市民プール専用のICカード(チャージ機能付き)が必要です。ICカード作成のため、住所・氏名・生年月日または勤務先・学校の所在地が分かるもの(運転免許証・健康保険証・学生証など)をお持ちください。なお、旧プリペイドカードをお持ちの方は、残金を移行できますので、併せてお持ちください  
\*最新の情報はホームページをご覧ください

老人福祉センター けやき荘 開館時間9:30～16:00 ☎965-5822 新川町2-55

休館日: 2月4日(土)・11日(祝)・12日(日)・18日(土)・23日(祝)・26日(日)・3月4日(土)

**映画に親しもう～懐かしの映画鑑賞会～**  
日時 2月22日(水)、13:00～15:00  
内容 「素晴らしき哉、人生！」(モノクロ・日本語字幕の上映)  
対象 市内に住所を有する60歳以上の方50人  
参加費 無料  
申込み 当日けやき荘へ

**認知症サポーター養成講座**  
日時 3月23日(木)、13:30～15:00  
内容 認知症の症状や診断、治療方法、予防などについて正しく理解し、認知症の人とその家族を支え、温かく見守るサポーターを養成します  
対象 市内に住所を有する60歳以上の方15人  
受講料 無料  
申込み 2月15日(水)、9:30から本人が電話または直接けやき荘へ

一部施設の利用休止のお知らせ  
●教養娯楽室 2月3日(金)・10日(金)・15日(水)・17日(金)・22日(水)・24日(金)の午後、2月16日(木)・3月2日(木)の終日

老人福祉センター ゆりのき荘 開館時間9:30～16:00 ☎992-6601 増林3-2-2

休館日: 2月6日(月)・13日(月)・20日(月)・27日(月)・3月6日(月)

**生活・健康相談**  
日時 開館日の10:00～12:00・13:00～15:00  
対象 市内に住所を有する60歳以上の方

老人福祉センター くすのき荘 開館時間9:30～16:00 ☎979-6600 大杉655

休館日: 2月5日(日)・11日(祝)・12日(日)・19日(日)・23日(祝)・25日(土)・3月5日(日)

**生活・健康相談**  
日時 開館日の10:00～12:00・13:00～15:00  
対象 市内に住所を有する60歳以上の方  
**移動図書館**  
日時 2月2日(木)・16日(木)・3月2日(木)、14:00～14:30  
場所 北側駐車場付近  
対象 図書館(室)の利用券をお持ちの方  
\*詳しくは、図書館(☎965-2655)にお問い合わせください

老人福祉センター ひのき荘 開館時間9:30～16:00 ☎973-7903 川柳町2-507-1

休館日: 2月7日(火)・14日(火)・21日(火)・28日(火)・3月7日(火)

**ラウンドフィットネス**  
日時 開館日の9:30～15:30(1回60分以内)  
内容 筋力運動と有酸素運動を30秒ずつ交互に行うサーキットトレーニング。初めて利用する方は、初回講習会(予約制)の受講が必要です。本人確認書類(健康保険証等)をお持ちください  
対象 高校生以上の方  
参加費 200円。60歳未満の方および市外に住所を有する方は別途センター使用料が必要です  
\*詳しくは、ひのき荘にお問い合わせください

## リハビリなんでも相談

機能訓練の方法・腰痛予防・筋力向上などのリハビリについて、理学療法士・作業療法士に無料で相談できます。けやき荘、ひのき荘での2月の開催はありません。

会場	日時	対象	申込み
保健センター	2月21日(火)・3月7日(火)、9:00～11:30	市内に住所を有する方8人	電話で健康づくり推進課(☎960-1100)へ
ゆりのき荘	2月9日(木)、9:30～11:00	市内に住所を有する	当日会場へ
くすのき荘	2月17日(金)、9:30～11:00	60歳以上の方各日8人	

## 老人福祉センターの使用には「使用証」が必要です

初めてお越しの際は、住所・氏名・生年月日の分かるもの(運転免許証・健康保険証など)をお持ちください。