**帯状疱疹とは？**

免疫が低下すると体内の水痘帯状疱疹ウイルスが再活性化して、皮膚に赤いブツブツがでる病気です。

日本人の**15歳以上の水痘抗体保有率は90％〜100％1）**で、多くの方の体内にウイルスが潜伏しています。

**リスクの高い方は予防をお勧めします。**

帯状疱疹はとにかく痛く、全身どの部位にも発現します。症状の多くは上半身にあらわれますが、顔や目、頭などにあらわれることもあります。再発リスクは5〜10％で、発症を繰り返す方もいます。

治療薬を服用しても3〜5人に1人が帯状疱疹後神経痛（PHN）に悩みます。

**帯状疱疹のリスク**

家族歴、加齢、(特に出産経験のある50〜60代の)女性、基礎疾患ある方、免疫を低下させる病気・治療を受けている方、ストレス、睡眠不足、不摂生、(50歳以上で)コロナ感染した方、など。

**帯状疱疹にならないためには、どうしたら良い？**

体調管理も重要ですが、**加齢と共に免疫が低下するので、**ワクチン接種による予防がデータ上一番効果的です。

**帯状疱疹予防ワクチンについて**

帯状疱疹の発症率を低減させ、重症化を予防し、間接的にPHNの発症リスクを低減させます。

２つのワクチンがあります。（下図）

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | シングリックス  （乾燥組換え帯状疱疹ワクチン） | ビケン  （乾燥弱毒生水痘ワクチン） |
| 対象者 | ・50歳以上  ・18歳以上の全年齢（帯状疱疹に罹患するリスクが高いと考えられる方） | ・50歳以上 |
| 種類 | 不活化ワクチン | 生ワクチン |
| 接種回数 | 2回（1～６か月間隔） | 1回 |
| 接種方法 | 筋肉注射 | 皮下注射 |
| 発症予防効果 | 50代：96.6％  60代：97.4％  70代以上：97.9％  （どの年齢でも同程度の効果）※1 | 50代：69.8%  60代：63.9%  70代以上：37.6%  （加齢と共に効果が低下する）※2 |
| 帯状疱疹後神経痛に移行するリスク軽減 | ・50歳以上：100％軽減 ※1  ・70歳以上：85.5％軽減 ※1 | 66.5%軽減 ※3 |
| 効果の持続期間 | 10年以上 ※1  （11年以降は試験中） | 3～5年程度 ※4  （個人差あり） |
| 主な副反応  （添付文書より） | 接種部位の痛み、赤み、腫れ、全身の筋肉痛、疲労、頭痛、発熱、悪寒など | 接種部位の痛み、赤み、腫れ、全身の筋肉痛、疲労、頭痛、発熱、悪寒など |

1）国立感染症研究所, IASR Vol. 39 p133-135: 2018年[8月号](https://www.niid.go.jp/niid/ja/iasr-vol39/8241-idx462.html)

※1　国際共同試験Shingrix Zoster-006・022・049試験　※2　ZostavaxのSPS試験（50歳代はZEST試験）国内での有効性について試験を行っていないため、本質的に同じワクチンとされているZostavaxの試験結果から引用　※3 Engl J Med,352:2271-2284,2005 ※4 Clin Infect Dis. 2012;55(10)1320-1328

浅草クリニック