



## 北原雅樹 YouTube 慢性の痛み講座

# 北原先生の痛み塾 開設しました

- ・ 30年以上の臨床経験の中で実感した慢性痛治療に今必要な情報を分かりやすく伝えていきます
- ・ チャンネル概要には役立つリンクもあります
- ・ チャンネル登録して慢性痛の最新情報をお受け取りください

YouTube リンク





## 北原先生の特別コラム【带状疱疹後神経痛:予防ができる慢性痛】

皆さんは、带状疱疹という病気について耳にしたことがありますか？

詳細は↓にあります。带状疱疹は主に中高年以降に発症する、強い痛みを伴う神経/皮膚疾患です。



<https://taijouchoushin.jp/>

もともとはほとんどの人が子供のころに罹患している水疱瘡のウィルスが原因で、体の中に眠っているこのウィルスが何かのきっかけで免疫力が落ちたときに表に出て带状疱疹となり、強い痛みを起こして苦しむ病気です。

実はペインクリニック外来で、患者数が多く治療に苦労するのが、带状疱疹後神経痛なのです。

高齢者がかかりやすく、痛みが強いので生活に支障が出ます。

動かなくなり、引きこもりになり、さらには認知症につながったりすることもあります。

しかも、高齢になって発症するほど、後遺症の神経痛(带状疱疹後神経痛)が残りやすく、

さらに悪いことに決定的な治療法がありません。強い痛みで長年苦しめられる危険性があります。

ところが、この带状疱疹にはワクチンがあるのです。

1回接種すると10年は大丈夫……という優れたもののワクチンで、

発症率は半分以下になり、重症度は1/3になり、带状疱疹後神経痛になる危険性も1/3になったという結果が出ています。

予防にまさる治療はありません。

50歳以上の方(特に60歳以上の方)には、男女を問わず、接種を強くお勧めします。

副作用はほとんどありません。

お近くでワクチン接種ができる医療機関は→

<https://www.qlifeweb.jp/taijouchoushin/>



ワクチンは取り寄せになることが多いので、事前に予約をすることをお勧めします。

私自身も带状疱疹のワクチンを接種しました。

慢性痛は治療より、予防のほうがはるかに効果的です。

60歳以上の方は必ず、50歳以上の方もできれば、带状疱疹のワクチンを受けてください。

詳細は、ワクチンを接種する際に医師にお尋ねください。

北原雅樹

横浜市立大学附属市民総合医療センター

ペインクリニック内科 診療部長:2020年7月