

# きらっとニュース

2024年4月1日発行 リハビリ訪問看護 きらっとテラス

## 急にピリピリしてブツブツが・・・



### もしかして帯状疱疹？

水ぶくれ

ブツブツ

帯状疱疹

「ヘルペスウイルス」  
による、ウイルス性の **感染症**

ある日「頭」や「背中」、「わき腹」、「口の周り（頬にかけて）」など体の左右どちら側かの皮膚に、ピリピリやズキズキ、ズッキンズッキン、灼熱感のような強い痛みを伴い、赤い班や水疱（水ぶくれ）ができる。

### 原因

#### ■「ヘルペスウイルス」■

加齢や過労、病気、旅行に出かけて疲れがたまるなど、免疫が落ちた際に「水ぼうそう」のウイルスが再び活動して発症します。

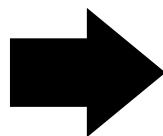
子どもの頃にかかった水ぼうそうのウイルスが死滅するわけではなく、体内に隠れている

コンニチハ！！

### 治療は？

#### 早めに受診と対処を！

- ①内服薬：抗ウイルス薬
- ②軟膏（塗り薬）
- ③鎮痛剤
- ④神経ブロック



### 経過

- ① 治療をしながら痛みを緩和しながら過ごす。
- ② 2～3週間で黒褐色のかさぶたのようになる。
- ③ 4～6週間でかさぶたが取れる。

裏面では帯状疱疹の症状と療養上の注意点についてご紹介します！！



①

体の左右どちらか片側にピリピリとした違和感や痛みを感じる。

→持参の湿布などは使用しない（自己判断で湿布貼付しない！）

②

発疹が数個に広がり、痛みがより強くなり一部ジュクジュクする

→症状にあった、内服薬や軟膏薬、ガーゼ保護をします。

③

水ぶくれは、潰さないようにしましょう。

→症状部位の悪化を防ぐことと広範囲にならないように注意しましょう。

## 〈きらっとアドバイス！！〉

### 〈投薬を忘れずに！〉

食事が不規則で食事が出来ない場合があっても、処方指示された回数をきちんと服用しましょう。ただし、飲み忘れたからと一度に2回分の服用は避けましょう。

### 〈治療としては、静養が第一！〉

風邪をひいたのと同じように早く治すためにも十分な栄養と休養をとりましょう。

### 〈痛みは冷やすの？温めるの？〉

個人差はありますが、冷やすと痛みが増すことがあります。

人肌より少し温かめに（気持ちよい程度）温めると痛みが和らぐことが多いです。

## （今月のニュース担当より）



看護師の渡辺です。4月となり少しずつ暖かくなってきましたね。

今月号は「带状疱疹」でした。

つい最近ですが、左上半身の皮膚がピリピリと痛み、背中に発疹を発見！

「これはまさか。」と思い、皮膚科へ行くと带状疱疹の診断がありました。

早めに受診したため症状も悪化せず治すことができました。改めて早期受診の大切さを実感しました。

来月は佐藤作業療法士の記事です！お楽しみに！



リハビリ訪問看護 きらっとテラス

TEL：087-814-6830 FAX：087-814-6831

営業時間：平日・祝日 8:30～17:30（休日：土日・年末年始 12/30～1/3）

看護師：6名  
理学療法士：2名  
作業療法士：1名  
言語聴覚士：3名  
（2024年4月現在）