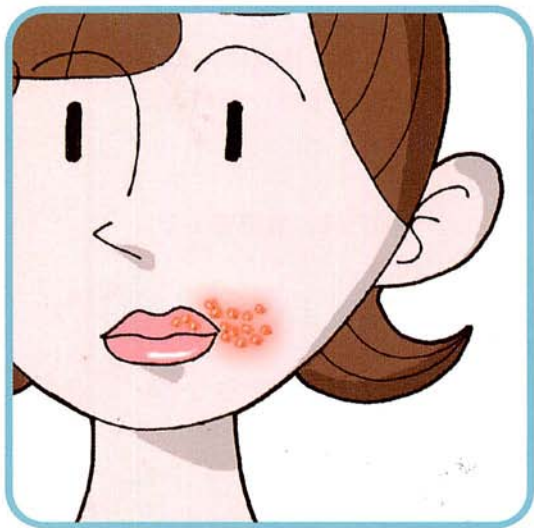


ご存知ですか…？

# 単純ヘルペス

(単純疱疹)

監修：東京女子医科大学皮膚科教授 川島 眞



# 単純ヘルペスウイルスは、2種類あり

## 1 口の周囲や顔全体など

- 口唇・顔面ヘルペスは、単純ヘルペスウイルス1型によっておこります。
- 通常は、乳幼児期に口内炎をともなうかぜ症状として、初めて感染します。
- 感染後は、顔に分布する三叉神経の根元に潜みます。症状は、口の周囲に多くみられますが、顔の他の部分にもできます。
- 疲労、カゼ、紫外線、免疫低下でくり返し発症します。
- 年に1~2回おこり、1~2週間で治ります。いまのところ、体からウイルスを追い出す方法はありません。



# それぞれ発症部位が違います。

## 2

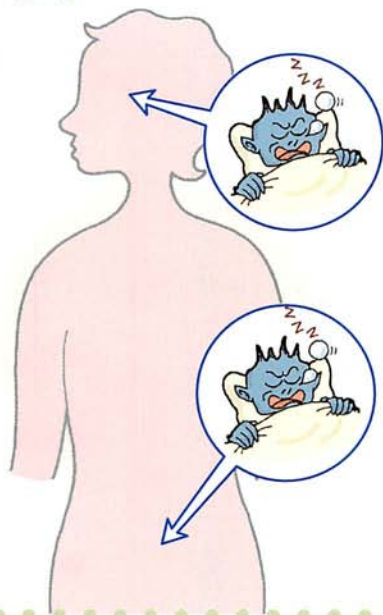
## 陰部

- 性器ヘルペスは、単純ヘルペスウイルス1型、2型のいずれかによって、初感染を陰部に生じます。
- 性行為によって他の方にうつります。
- 初感染が治った後、ウイルスは腰の神経の根元に潜みます。
- 再発するのは、ほとんどが2型です。疲労、ストレス、カゼ、生理などをきっかけに再発します。
- 症状は軽いのですが、頻回に繰り返すことが苦痛となります。多い人は年に10回以上繰り返すために、精神的な悩みが大きくなります。
- 早期治療で症状の軽いうちに治しましょう。

## 一度うつったら、 一生涯潜んでいます。

単純ヘルペスウイルスは乳児、幼児のころ初めて感染します(初感染、外からの感染)。からだの中に入りこんだウイルスは、神経の中にひそみますが、症状はおこりません。いわば冬眠状態みたいなものです。

いったん入りこんだウイルスは、その方からだと生涯をともにします。そして、からだの抵抗力がちょっと弱った時に、皮膚や粘膜(おもに唇、口の中または陰部)に水疱(疱疹)を作るといった悪さをします(回帰感染:自分のからだの中にひそむウイルスによる感染)。



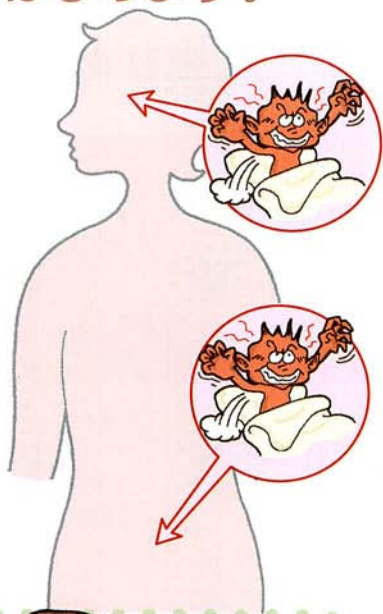
## 同じところに繰り返して 発症するのが特徴です。

単純ヘルペスウイルスはからだのいろいろなところに水疱を作ります。場所によって症状も治療法も変わってきます。なかには話しにくい部位もありますが、医師にはつつみ隠さず相談して、正しい治療を受けることが、繰り返しの発症に悩まされないようになることへの一番の近道です。

## あなたの抵抗力が落ちると ウイルスが活動をはじめます。

単純ヘルペス（単純疱疹）の症状は繰り返して出てきます（再発します）。神経にひそんでいるウイルスは、その人のからだの抵抗力が弱まると、急に出てきて暴れます。

抵抗力が弱まる原因には、日光のあたりすぎ、ストレス、疲れ、発熱、生理、免疫力をおさえる薬（ステロイドなど）の使用などがあります。





症状は通常軽いが、ときに重くなる場合がありますので、注意が必要



口唇ヘルペス



カポジ水痘様発疹症

普通は、皮膚や粘膜の違和感→水疱→ただれ(びらん)→かさぶたといったコースを1～2週間でたどり、その後しばらくは全く症状はみられません。忘れていたところにまた繰り返して起こります。

また、アトピー性皮膚炎の方では全身性の発疹(カポジ水痘様発疹症)を起こすことがありますので注意が必要です。

## 単純ヘルペスウイルスを 操縦するコツ

口のまわりや顔、そして陰部といったところに繰り返しできる水疱は気がめいらすし、人の目も気になります。本来なら単純ヘルペスウイルスをからだから抹殺したいところですが、それは今のところ難しいとされています。

そこで、ウイルスをだましだまし抑えて共存していくのが、賢い方法となります。幸いウイルスの活動を抑える良い薬もあって、症状がひどくならないうちに治す治療が可能となりました。

日常生活の中で次のような注意を守って、単純ヘルペスウイルスを増長させないようにしましょう。

### 日常生活の注意 こんなことに気をつけましょう



#### ① かかりつけの 医師の指示に従う

水疱ができる部位などで症状や治療法が違ってきますから素人判断は危険です。かかりつけの医師の指示に従うことが、治癒への早道です。

## ② 抵抗力を弱めるような刺激をさける

疲労、ストレス、発熱、風邪、強い日光にあたることなどが単純ヘルペスウイルスを元気づけることになります。特に再発を繰り返す方は、日頃からこういった誘因をなるべくさけるように、無理のない生活を心がけましょう。



## ③ 早目の治療を心がける

水疱ができる前に、かゆみや軽い刺激感が現れることがあります。その段階でウイルスを抑える薬を使えば、症状はあっというまに軽くなります。

## ④ 人との接触に気をつける

人にうつさないようにするためには、水疱やただれが起きている患部には、なるべく触らないようにし、手洗いを十分行いましょう。

性器ヘルペスの症状がでている期間は、性交渉は避けてください。

また他の方にうつさないようにするためにも、患部は覆っておき、入浴もじゅくじゅくしているときは、控えた方がよいでしょう。



病院名

〒965-0005 会津若松市一箕町亀賀藤原417-3  
医療法人 健心会 えんどうクリニック

院長 齋藤 剛

TEL 0242(25)3700