



健康万歩計は、西北五医師会が、皆さんが健康で元気に過ごすための必要な情報を提供し、ドクターからのアドバイスを紹介するコーナーです。

今月のドクター

板井 恒二 先生
いたい皮ふ科 院長



「つづらご」=帯状疱疹について

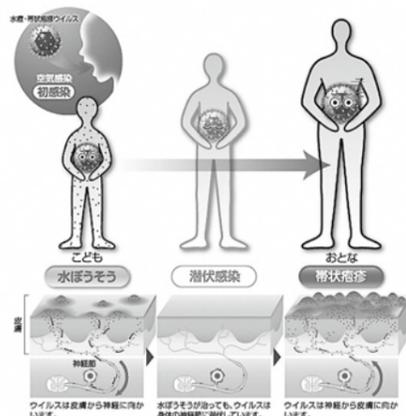
「つづらご」にかかったんでないべか! ?と血相を変えて来院される患者さんが多くみられます。帯状疱疹が体全体に出たら死ぬ(一回りすれば死ぬ!)と一生涯、神経痛残る!と友人や家族に脅されて受診されますが、実は、帯状疱疹によって死亡するものではありません。末期癌や白血病等の方が、亡くなる直前に免疫が非常に低下した状態になると、体全体に重度の帯状疱疹が出るということなのです。私は、皮膚科医を30年近くやっておりますが、一回りしたり、死亡する例は診たり聞いたりした事は有りませんので、ご安心下さい。また、不安が強い方は痛みが長引きやすい傾向にあります。そのため、必要以上に不安をあおらないことをお勧めします。そのような患者さんへは、抗うつ剤も痛みの治療に非常によく効くことがあります。

神経痛は、重症例や治療が遅かった方、糖尿病等の免疫低下があると起こしやすいのは確かです。痛みが続くと、脳に痛みの記憶がトラウマの様に刻み込まれるため、少しの痛みでも敏感になります。しかし、痛みの治療をしっかりすれば、日常生活で気にならないくらいにはなります。治療しても難治なら、主治医に早めにペインクリニックへ紹介状を書いてもらうと良いでしょう。

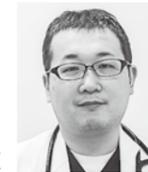
帯状疱疹は、小さいときに罹った水ぼうそう(水痘)のウイルスが、背骨近くの太い神経のコブに住み着いたものが、皮膚まで神経を壊しながら伝わって再発したものです。普段はそのコブから出ない様に、免疫細胞が見張っておりますが、疲れ、寝不足、ストレス、ワクチン等で一時的に免疫が低下すると、見張りが手薄になります。ウ

イルスはそれ幸いと、脱走して初めは神経を壊して皮膚を目指します。ウイルスは皮膚に出られれば、仲間を周りに増やしてバラまくことが出来ます。しかし途中で神経の中や周囲で、免疫細胞たちとケンカが始まります。そのため炎症が起きて、神経が壊れて痛み、軽い場合は痒みが出ます。その後皮膚まで前線が押されれば、皮膚まで水ぶくれを作ってやっと「つづらご」(帯状疱疹)と診断がつくようになります。

初めは痛みだけなので、整形外科などを受診するため、神経痛と診断されることが多いです。水ぶくれが出れば誰でも診断がつくのですが、神経痛だけだと皮膚科専門医でも誤診をする事が有ります。検査薬も有りますが、初期の場合はインフルエンザやコロナの検査キットと同じで陽性にならない場合もあります。初期の場合、こまめな受診が必要ですので、ご了承ください。自称「つづらご」でも良いので、心配になったらご遠慮無く、受診しましょう。



「爪白癬という病気をご存知ですか？」



深浦診療所 医師 平野 貴大

今日は爪白癬(つめはくせん)という病気についてお話ししたいと思います。

皆さんは爪白癬という病気を聞いたことがあるでしょうか?爪白癬という言葉は聞いたことがなくても「水虫」は聞いたことがあるかもしれません。爪白癬は爪にかかる水虫で、10人に1人の方が持っていると言われる非常に一般的な病気になります。

爪白癬は爪に水虫の菌(正確には皮膚糸状菌)が侵入して生じます。足の爪に生じることが大半です。皮膚に生じる水虫とは異なり、かゆみなどの自覚症状はほとんどありませんが、爪の色が変色したり、爪が厚くなったり、一部剥がれ落ちたりするなどの変化が生じます。

痒みなどの自覚症状がないため放っておかれることが多いですが、治療しないで改善することはまれで、変形した爪が靴下に引っかかったり、皮膚に食い込んだりして歩きにくくなったり転倒しやすくなったりすることが知られています。足の爪の変形から、足の痛みや歩きづらさにつながり外に出る機会が減ってしまうことで、筋肉の衰えや、骨粗しょう症が進行しやすくなる、認知症が進みやすくなるなど暮らしを継続できなくなるきっかけになってしまう恐れがあります。

10年前までは爪白癬を治療するためには飲み薬を長期間にわたって飲み続ける必要があり、なかなか治療しづらい病気でした。しかし現在では、効果の高い爪に直接塗る薬が流通してきたため治療が比較的簡単になりました。

爪の色の変化、爪の変形など気になることがありましたら、診療所でぜひご相談ください。爪の検査を行い(結果が出るまで2週間弱かかります)、爪白癬と診断がつけば塗り薬などの治療を行います。爪が生え変わるまで6ヶ月~1年程度かかりますので、治療期間もその程度を見込んでおいてください。

爪がきれいになった後も、再度感染する可能性はあります。足がムレないように配慮し、足に変化がないか定期的チェックをお勧めしています。足をチェックする際には、爪だけでなく、足白癬(いわゆる水虫)の前兆が皮膚に出ているか(皮がむけていないか、足の指の間がじくじくしていないかなど)も気をつけてみてください。もちろんこれらのことは、いま爪白癬がない方も、予防のため日頃から気をつけることをお勧めします。

こまめに自分自身をケアすることで、健康を維持することができます。日頃から自分の身体に興味をもって生活をしていきましょう。

月1回 お悔やみ時のマナーや知識が配信されます!

LINE 公式アカウント

↓ スマホのカメラかLINEで読み取り「友だち追加」をする



- ・葬家へのご無礼を避ける
- ・粛々とした場面で恥じをかかない為に
- ・お役立ち知識や仏事などの疑問への回答

などが配信されます(登録無料)

* 誰が登録したのか当社からは分からないので安心して下さい

霊安室完備(24H付添可能)

家族葬空間

ファミリーホールふかうら



株式会社 深浦葬祭

Fukaura Funeral Service

電話 (74)4536 FAX:74-4546

「農地の所有権移転・地目変更・転用許可申請」・
「遺産分割協議」等々
行政事務にかかわる「お悩み」のことについて、
お気軽にご相談を!!

行政書士 岩谷 司 事務所

【青森県行政書士会所属】

住所 038-2501 青森県西津軽郡深浦町大字柳田字築棒沢133番地11
電話・FAX 0173-76-2753

会社やお店の
宣伝・イベントの
告知にご利用
ください!

■問合せ先
総合戦略課
企画調整係
TEL 74-2122