

Labial herpes

.....
口唇ヘルペスは
こんな病気です

監 修

東京女子医科大学 皮膚科教授 川島 眞 先生

1. ^{こうしん}口唇ヘルペスってどんな病気？

くちびるやその周りにピリピリ、チクチクするような違和感やかゆみが生じた後、軽い痛みを伴う水ぶくれができる病気です。

疲れた時や発熱時など免疫が低下している時に症状が出ます。症状の出る頻度は数年に1回という方から1年に数回出るという方までさまざまです。

初めて症状が出る時には、水ぶくれが沢山できることがあります。再発の場合には水ぶくれは少なくなり、症状が出る範囲も狭くなります。



「水ぶくれ」ができた後、「かさぶた」ができて治っていきます。

写真提供：川島 眞



2. どうして口唇ヘルペスこうしんになるの？

口唇ヘルペスは、“単純ヘルペスウイルス”というウイルスに感染することで起こる病気です。

症状が出ている人の水ぶくれ、唾液、涙液るいえきなどに接触することで感染します。特に、水ぶくれの中にはウイルスが沢山存在するため注意が必要です。また、ウイルスが付着したタオルやコップなどの物を介して感染することもあります。

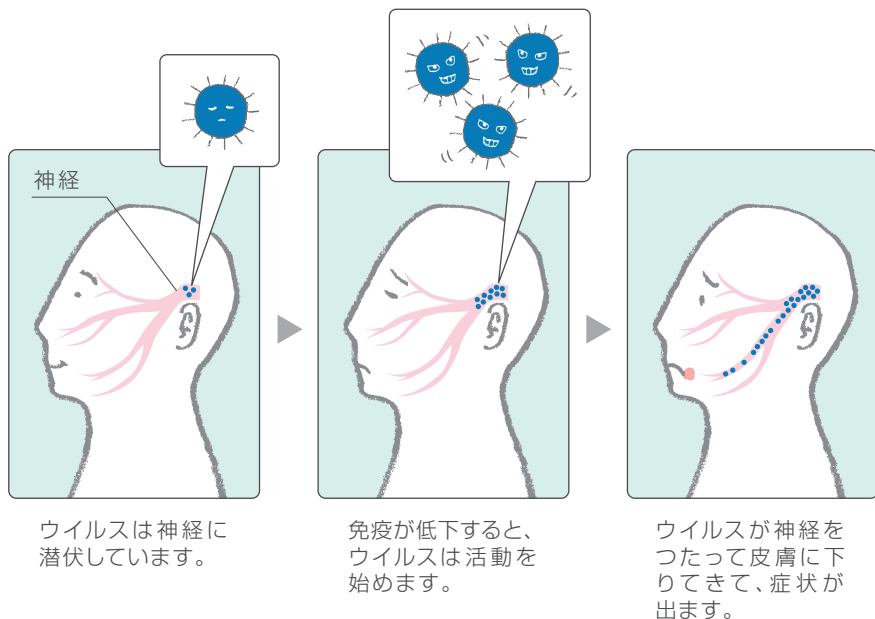
症状が出ていなくても、唾液などにウイルスが含まれていることがあります。この時にキスやほおずりをすると、うつる可能性があります。



3. どうして再発するの？

単純ヘルペスウイルスは一度感染すると、生涯にわたって神経に潜伏します。

健康な時は、潜伏しているウイルスは免疫によって抑えられていて活動できないため症状は出ません。しかし、発熱、疲労、ストレス、強い紫外線、外傷などの刺激により免疫が低下して、ウイルスが活動し始めると症状が出てきます。



4. どんな治療をするの？

口唇ヘルペスの治療には、ウイルスの増殖を抑える“抗ヘルペスウイルス薬”の飲み薬や塗り薬を使います。

このお薬はウイルスが増殖している時に効果を発揮しますので、症状が出たら、できるだけ早く使い始めることが重要です。お薬を使用することで、症状を軽減し、治癒までの期間を短くすることができます。

お薬を使い始めても2日ほどは症状が悪化することがあります。自己判断でお薬をやめず、医師の指示通りに使用してください。

なお、潜伏中のウイルスを追い出すお薬は、現在のところありません。

症状が出てきたら、できるだけ早く受診しましょう。



5. 日常生活での注意点は？

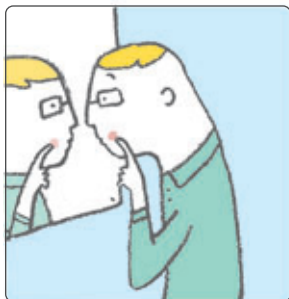
<症状が出ていない時の注意点>

栄養のバランスがとれた食事と十分な睡眠、適度な運動により、疲れやストレスを溜めないようにしましょう。

疲れている時や体調がすぐれない時は、強い紫外線を浴びる屋外でのレジャーは控えましょう。

くちびるやその周りにピリピリ、チクチクするような違和感やかゆみなどの症状が出てきたら、できるだけ早く受診しましょう。





「水ぶくれ」や「かさぶた」にはなるべく触れないようにしましょう。



赤ちゃんとの接触は注意が必要です。

<症状が出ている時の注意点>

かさぶたは取らないようにしましょう。

人にうつさないように、水ぶくれに触れたら、石けんを使って手をきれいに洗いましょう。

タオルやコップは共用しないようにしましょう。

赤ちゃんとの接触はできるだけ避けましょう。赤ちゃんはウイルスに感染すると重い症状を起こすおそれがあります。

赤ちゃんのお世話をする時は、手をきれいに洗いましょう。

また、患部が赤ちゃんに接触しないように注意しましょう。

患部を清潔に保つため、症状が出ている時も石けんや洗顔料をよく泡立てて、やさしく洗いましょう。

保湿剤などを用いたスキンケアや化粧をする場合は、刺激になることもありますので、患部は避けましょう。

