

2024年  
クイーン倶楽部だより **3** 月号  
第253号

ERN 有限会社エコ・ライス新潟  
新潟県長岡市脇川新田町字前島970-100  
TEL 0258(66)0070  
FAX0258(66)0447  
URL <http://www.eco-rice.jp/>  
E-mail [office@eco-rice.jp](mailto:office@eco-rice.jp)



イースタンリーグのプロ野球選手と  
旧山古志村で除雪ボランティア

今年から日本プロ野球機構2軍に参加する**オイシックス新潟アルビレックスBC**。大阪、鹿児島出身の選手が、中越地震で被害を受けた旧山古志村で除雪ボランティアをしました。過疎化のすすむ村に屈強な若者たちが、3カ所の高齢世帯をみるみるうちに除雪。地域の方々と交流しました。  
(写真左から：熊倉凌選手、篠田大聖選手、中山翔太選手、小池智也選手)

それで  
いいのか  
医療

増えている帯状疱疹(ヘルペス)

その6

ヘルペスはウイルスによる感染症で、単独性で痛みのない水疱形成の「単純ヘルペス」と、帯状に並んで水疱ができる「帯状疱疹」があります。単純ヘルペスには口唇ヘルペスと性器ヘルペスがありますが、痛みはなく軽症で済みます。一方、帯状疱疹は、水ぼうそう(水痘)ヘルペス(VZV)によるウイルスの感染で強い痛みを伴います。痛みは発疹前から服が触れると痛い症状がでますので、皮膚が痛いという患者さんにはしつこく水疱がないか探ります。赤くなった皮膚に二、三個の水疱を見つけますと帯状疱疹と診断します。額や首や背中などが多いですが、お尻にもできやすいです。軟膏、飲み薬によく反応しますので心配は要りません。

帯状疱疹の厄介さは一回かかりますと治癒してもウイルスは残り、身体が弱まりますと不意に出現することです。発病は身体の疲れで再発しますが、身体の疲れより心の疲れで発病するようです。

心の安堵を意識して求めて生活してください。最近帯状疱疹が増加しているようだと感じていらっしゃる方が多いのですが、コロナワクチン接種後に罹った人に散見されます。確実なことは言えませんが、統計的に関係あるという論文は出されています。なお、帯状疱疹ワクチンがありますが、保険適用はありませんので非常に高価です。懐のあったかい人は予防接種の副作用は少ないので、接種されるのがよろしいでしょう。



中村 信也(なかむらのぶや)

医学博士。東京家政大学名誉教授。まほろば東京クリニック院長。  
「食と医療」の医療薬膳研究の第一人者。