

# 水 痘

## 認識疾病

水痘為一種猝然發作的全身性疾病，其臨床症狀包括：

### 1、前驅症狀：

微燒（37.5～39℃）、顫抖、腹痛、肌肉或關節酸痛約2～5天。

### 2、水疱：

最初幾小時皮膚上出現斑丘疹，然後多由臉、頭皮往軀幹及四肢延伸，全身性的皮疹逐漸快速顯現，隨後變成水疱，最後留下粒狀痂皮。此皮疹之特徵為「紅玫瑰花瓣上的露珠」，為表淺性（癢）、通常不留疤；體表有遮蓋處較暴露處病灶多，可能出現於頭皮、腋下、口腔、上呼吸道黏膜和眼結膜。皮膚病灶連續分批出現，故可同時看到各階段的皮疹變化。皮膚病灶也可能因數目太少而被忽略。輕微非典型和不顯性感染偶而發生。有時病狀相當嚴重，尤其是成人。

### 3、水痘帶狀疱疹病毒（Varicella-Zoster virus；VZV）在水痘復原之後藉潛伏於寄主的神經節中，以避免被免疫系統摧毀。當宿主免疫力減弱時，病毒便會活化並沿著其分布的神經皮節散佈，則會造成帶狀疱疹，俗稱皮蛇（shingles）。而帶狀疱疹後的神經痛亦相當惱人。

### 4、併發症：

水痘致死率相當低，其致死原因在成人以原發性肺炎，小孩以敗血症和腦炎最常見。但是對於某些特殊的患者，如白血病孩童和新生兒，則致死率會高達5%至10%。

## 致病因子

水痘病毒（Herpesvirus 3, Varicella-Zoster virus）。

## 傳染方式

主要是人與人之間經由皮膚直接接觸、飛沫或空氣傳染，接觸到帶狀疱疹的水疱，也可以造成傳染。此外，也可被經由被水疱液和黏膜分泌物污染的器物間接傳染。痂皮則不具傳染性。此症是最具傳染性的疾病之一，特別是在發疹早期。

## 潛伏期

2～3週，一般為13～17天。

## 可傳染期

由出紅疹以前5天起（通常為前1～2天）到第一批水疱出現後5天之間，在病人出現水痘疹前之際的傳染力最高。帶狀疱疹患者的傳染力可持續到水疱出現後

1 週。

## 感受性及抵抗力

未感染過的人皆有感受性，二次感染的機率很小；感染水痘後，可以變成潛伏性感染，至成年時復發為帶狀疱疹。

## 預防保健

接觸者之健康監視：期限將自個案被隔離日起算 17 天為止，期間若出現疑似感染症狀，應配戴口罩盡速就醫。

## 感染水痘注意事項

1. 發燒時宜多休息並補充水份。
2. 必須隔離，若不得已外出則須戴上口罩。
3. 宜剪短指甲，避免抓破水痘，預防引起細菌感染而留下疤痕，並保持皮膚之清潔。
4. 沐浴時使用淋浴，宜用毛巾輕輕擦拭，以免弄破水泡，洗澡後使用止癢藥，如痲子膏等即可，或口服抗組織胺藥物（依照處方）。
5. 穿著柔軟、寬鬆及吸汗的衣物。
6. 如感喉嚨疼痛（因口腔也會長水痘）則應多喝水，保持口腔清潔。
7. 飲食宜溫和，不吃刺激性食物等。
8. 水痘結痂後即不具傳染性，待其自然脫落，勿強行將痂皮剝落，以防留下疤痕。
9. 避免出入公共場所，以防傳染給其他人。

資料來源：疾病管制局

※※ 如有任何問題請洽健康中心或來電分機 2451 ※※

【國立臺北護理健康大學健康中心 關心您】