

避免皮蛇找上身 淺談帶狀疱疹 預防與治療



帶狀疱疹又稱皮蛇，是一種病毒感染，除了會產生劇烈疼痛之外，感染後恐怕有併發重症的風險，提升免疫系統是預防的一大關鍵。

受訪者 方喬玲 · 仁愛院區藥劑科主任

Covid-19 疫情逐漸趨緩，2022 年美國研究指出，50 歲以上曾感染過新冠肺炎的人，相較未感染者，感染帶狀疱疹的風險高出 15%。在臺灣，醫師也發現 COVID-19 病癒後常見患者帶狀疱疹發作，因此民眾應瞭解如何預防帶狀疱疹以及避免後遺症的發生。

甚麼是帶狀疱疹？

「帶狀疱疹」俗稱“皮蛇”，是水痘 - 帶狀疱疹病毒感染所造成的疾病，通常在小時候第一次感染時稱為水痘，痊癒後病毒潛藏在背根神經節中，當年紀大或免疫力下降時再次復發，就會以帶狀疱疹的形態表現出來。

帶狀疱疹會傳染嗎？

會的！其傳染方式主要是皮膚直接接

觸、飛沫或空氣傳染，另外接觸到帶狀疱疹患者的水疱，也可能造成傳染。因此像是共用餐具、毛巾或接觸到患者的衣服或觸摸過的物品等，都有傳染風險。出現紅疹以前 5 天起（通常為前 1 ~ 2 天）到所有病灶結痂為止都具傳染率，以病人出現水痘疹前的傳染力最高。

感染帶狀疱疹會出現哪些症狀

帶狀疱疹在水泡出現前 4~5 天會開始有前驅症狀，例如出現局部神經抽痛刺痛、患部癢感。這時因為皮疹尚未發生，也常被懷疑是其他疾病。接下來可能會出現單側性、疼痛性、紅斑性丘疹，很快轉變為水疱，沿著神經蔓延，多發生在腰部、胸部頭頸。如初期未就醫，症狀易在 2 週內加重，例如水泡增多、破裂，嚴重時慢性神經痛可持續數月之久。



如何治療：治療以症狀緩解與預防感染為主

- 1** 給予抗病毒藥物：最好是症狀出現 72 小時內投藥，尤其是在皮膚出現紅疹水泡之前，以縮短病發日、減緩急性神經炎與加速皮膚傷口癒合。
- 2** 預防感染：避免因搔癢抓破水泡造成傷口，注意清潔，不可自行塗抹成藥藥膏（如萬金油、青草膏）以避免感染。如水泡破裂須注意清潔，必要時可使用抗生素藥膏治療。
- 3** 神經痛治療：感染帶狀疱疹的病人有 10-15% 可能併發慢性神經痛，疼痛期可能超過三個月，可透過口服藥物或介入性治療來控制疼痛。

二大預防的方法

「施打疫苗」 建議 50 歲以上的成年人施打疫苗，尤其是免疫力不全或患有多重慢性疾病者。另外感染過帶狀疱疹者，短期內再次發作的機率低，但長期來說仍具有復發的風險，如果想提升保護力，建議可經由醫師評估後施打疫苗。新型的帶狀疱疹疫苗，使用方式為肌肉注射施打兩劑，第二劑於第一劑施打 2 至 6 個月後施打，追蹤注射七年後保護力仍達七成以上。

「增強免疫力」 身體免疫力下降，才會讓潛伏的病毒有可趁之機，因此增強自身免疫力是最好的預防方法。

✧ 接種疫苗前須經醫師評估，如先前疫苗接種時有發生副作用，或近期曾接種過其他疫苗都要主動告知醫師，才能得到安全又有效的預防！