

帶狀皰疹之照護

一、什麼是帶狀皰疹：

帶狀皰疹一般特徵為沿著皮節分布的單側性、疼痛性、水泡性皮炎，俗稱皮蛇或飛蛇，為潛伏在神經節的水痘帶狀皰疹濾過性病毒。在患者免疫力低下時會再度活化，會沿著神經節散佈，好發於胸肋緣，次為頭頸部、出現腰部、大腿部，上下肢及手足較少見，通常為單側性，好發老人或免疫力低弱。急性期的主要症狀是皮疹和疼痛，有些在皮疹出現兩三天就開始感局部疼痛和類似感冒的全身不舒服等症狀，自然病程為3-4週。

二、帶狀皰疹症狀：

1. 症狀初期以神經痛為主，燒灼感、刺痛、搔癢等，此痛可能是很尖銳的局限或沿著某個感覺神經的走向。
2. 皮膚上可見一簇簇的紅丘疹，然後是水皰、膿皰，它們排列成帶狀分布於身體的一側。
3. 局部的淋巴結會腫大、疼痛、發燒。

有上述症狀不一定是帶狀皰疹，若您有上述症狀建議儘速至皮膚科就醫。

三、帶狀皰疹的治療：

1. 抗病毒藥物治療：發疹期間使用越早治療越有效，最好於發疹三日內治療才能達到最佳療效。
2. 止痛藥：不同強度的止痛藥，可以舒緩神經發炎所帶來的疼痛。
3. 類固醇：對於發炎的特別嚴重或侵犯到眼睛的病人，可以和抗病毒的藥物搭配使用。
4. 口服抗憂鬱劑：除了規則的服用止痛藥之外，於每晚服用一種特別的抗憂鬱劑具有不錯的效果。

四、居家自我照顧原則：

1. 勿自抹成藥及弄破水皰，以防細菌感染或傳染他人，可購買消毒紗布遮蓋患處減少摩擦
2. 依醫師指示局部塗擦薄薄一層藥物，塗擦新藥前須先清除舊藥。
3. 採舒適臥位病灶在頭部時，抬高床頭；病灶在四肢，則用枕頭墊高患肢減輕腫脹。
4. 避免抓破皮膚，夜裡可戴手套預防。
5. 穿著質料輕柔寬鬆衣物，以避免摩擦水皰或引起疼痛。
6. 儘早恢復原有的規律生活，以分散身體不適的注意力。
7. 在飲食方面並無特殊禁忌，但避免喝酒、辛辣等刺激品。

五、接種疫苗

50-79 歲接種帶狀皰疹疫苗，可降低得帶狀皰疹及皰疹後神經痛的機率，免疫功能低下不建議施打，需經過醫師診治後施打。不渴與肺炎鏈球菌疫苗 (Pneumovax 23) 一起施打效果會減弱。

參考資料

羅珮嘉、陳彥光(2017)·水痘-帶狀皰疹的中西醫論治·北台灣中醫醫學雜誌，9(1)，34-45。

Brogie, J. D., Rumph, J. H., Chaplin, M. D., Drake, N., Hodge, B. K., & Owens, R. E. (2019). Practical points for applying herpes zoster vaccine recommendations. *The Nurse Practitioner*, 44(9), 44-47.

Carter, T. M. (2020). Shingles: Not Just a Rash. *The Journal for Nurse Practitioners*, 16(2), 111-115。

所提供之資訊不能取代醫師之治療及醫師與病人之關係
(資料來源取自臺北榮民總醫院健康 e 點通)

臺北榮總蘇澳分院關心您

門診諮詢電話:03-9905106 轉 6150 或 6160

帶狀皰疹之照護之個別護理指導單張

病歷號:_____

姓名:_____

於下述就醫日期至臺北榮總蘇澳分院(門診、住院、急診室)經醫師或護理人員說明解釋以瞭解。

衛教日期	家屬或病人簽名	指導者簽名