

臺北榮民總醫院蘇澳分院

帶狀皰疹之照護

111.9制訂



臺北榮總蘇澳分院關心您

門診諮詢電話：

03-9905106轉6100或6150



一、什麼是帶狀皰疹？

1. 帶狀皰疹俗稱「**皮蛇**」，為**水痘病毒**感染所造成。
2. 只要曾經得過水痘，在症狀消失後病毒會潛伏在人體多個感覺神經節中。
3. 當人體免疫力降低時，潛伏在神經節中的病毒就會被活化，會沿著神經節散佈而再復發。



二、帶狀皰疹有那些症狀？

1. 症狀初期大多以神經痛為主，可能是很尖銳的侷限在某一部份疼痛或沿著某個感覺神經走向。
2. 皮膚上先出現發紅**丘疹**，然後出現**水皰**、**膿皰**，它們排列成帶狀分佈身體的一側。
3. 局部的淋巴結會腫大、疼痛、發燒。



二、帶狀皰疹治療？

1. **抗病毒藥物治療**：發疹時間使用越早治療越有效，最好於**發疹三日內**治療才能達到最加療效。
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**：對於發炎特別嚴重，或侵犯到眼睛的病患，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，口服抗憂鬱劑具有不錯的止痛效果。



四、疫苗接種：

1. 50-79歲接種帶狀皰疹疫苗，可降低得帶狀皰疹和皰疹後神經痛的機率。
2. 免疫功能低下不建議施打，須經醫生診治後才能施打。
3. **不可**與肺炎鏈球菌疫苗一起施打，避免減弱效果。



五、照護原則：

1. **勿弄破水泡**，以防細菌感染或傳染他人。
2. 可使用滅菌紗布遮蓋患處減少磨擦，夜裡可戴手套避免抓破皮膚。
3. **穿著質料輕柔寬鬆**的衣物，以避免磨擦水皰引起的疼痛。
4. **勿自行塗抹成藥**，依醫生指示局部塗抹薄薄一層藥物，塗擦新藥前，需先清除舊藥。
5. 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。
6. 盡早恢復原有的規律生活，以分散身體不適的注意力。
7. 飲食方便並無特殊禁忌，但**避免喝酒、辛辣**等刺激品。

